目 录

修持加行是成就大圆满的唯一之路

达真堪布

大圆满法门来自法身本初佛——普贤王如来，由佛界传入天界，由天界传入人间。“大圆满”是究竟的智慧。轮回涅槃等一切法都不离这个实相，解脱生死的方便途径莫胜于此，故称为“大”。能直接见到明空赤裸的本觉佛性，圆满具足、无缺无失，诸法生起的刹那，超越能修所修，本来清净解脱，故称“圆满”。

众生心性的当下即是佛性，佛和众生的区别只在于“觉”和“迷”，这是大圆满的见解。众生每一刻都有机会明心见性，只因在迷乱之时，有身口意三业的搅扰，不识本觉而枉受轮回之苦。如同擦拭尘埃久遮的明镜，依照大圆满快速、便捷的方法与窍诀，不急不躁，循序渐进，最后定能寻回本具的佛性——恢复自己的本来面目。

历史上有无数的人就是依靠修行大圆满法而在当生圆成佛道，甚至达到虹身成就的。上上根性之人即刻悟得，中等根性之人今生解脱，下等根性之人七世之内也可成佛。

即使是在这样的末法时期，大圆满法的传承与加持也从来没有间断过；即使是在这样恶劣的环境下，也不乏虹身成就之人。比如康区的阿琼堪布等虹身成就者，就是修持大圆满法而成就的。

无上殊胜的大圆满法，是末法时期修行者黑暗中的明灯。值遇此法于浊世，皆因累生累世积聚的福报，今

生因缘成熟的显现。如果同时值遇良师，并如理如法精进修持，未来生生世世的沉沦即将于此生结束。但是必须严格按照次第修行，才能解决生死大事。正所谓：万丈高楼平地起，汪洋大海始涓溪。

首先是修习四种外加行：人身难得、寿命无常、轮回过患和因果不虚，使人生起出离心，让心真正趋向佛法；接下来是修习五种内加行：皈依与发心，以此树立起对上师三宝的信心，并生起对众生的慈悲心与菩提心；之后修忏悔之王——金刚萨埵除障法，以消除身口意的业障；再修供曼茶罗，累集足够的福慧资粮；最后修上师相应法，使自己的凡夫心尽快与上师的智慧心相应。这一系列的方法，是以往诸佛菩萨出于对苦难众生的大悲心而特别设计的，层层引导，极为善巧。正如诸多大德所言：此法浓缩了一切经典的精华！

除了极少数上上根性的人之外，好多人都是依靠修加行而成就的。无数前辈高僧大德，一生中修过几次、十几次、甚至是几十次加行，最后才证悟空性，达到究竟圆满的境界。祖师大德尚且如此，何况我们这些罪孽深重、烦恼重重的凡夫？

功到自然成！

我们通过修持加行，对世间所有的一切不再有丝毫的贪恋，并对父母众生生起了无伪的慈悲心、菩提心，在此基础上如理如法忏罪、积福，最终对上师具足了无伪的信心，这时通过上师的窍诀，证悟空性就如瓜熟蒂落、水到渠成。

所以我们想实现今生解脱成佛的愿望，出离心、慈

悲心、菩提心及对上师的信心是必不可少的条件。

以加行来增长这四种“心”是最快速、最便捷的途径。想不修加行而获得成就，就如同妄想一步登天、水中捞月、建造空中楼阁一样的不可能！这种想法无异于痴人说梦、颠倒透顶、极为荒唐可笑！

失之毫厘，差之千里。

在现实的修行中，我们见过各种各样的现象：有的人也念佛了，也打坐了，也顶礼了，也观想了，修了几年、十几年、甚至是几十年，但是依然业障、烦恼、习气深重。身体没有改变、生活没有改变、心态没有改变，很多人修到最后竟然无所适从，与周围的人和环境格格不入，被他人视为异类，自己也发出了“修行的路为什么这样难”的感叹！很多人在此状态下，得过且过，随波逐流，虚度光阴，荒废人身，甚至退失道心，放弃修行；有些人盲修瞎炼，根本没有解脱、往生的把握却还自以为是；有些人修行不明理、不如法，没有任何功德，却打着佛法的旗号不停地造业而不自知；还有些人自认为很有修行、很有知见，到处瞎说、以盲引盲……

凡此种种，令人不堪入目、触目惊心！

佛法是一种灵活而又圆融的活法，它不仅能让我们在未来生生世世永远脱离痛苦与烦恼，同时也是能够让我们在今生得到快乐与幸福的方法。如果修持了佛法，却依然故我，涛声依旧，那么这绝对不是佛法的问题，而一定是个人的修行出了问题，这一点是毋庸置疑的。原因也许是我们修行得不如法；也许是我们根本没有找到一条适合现代生活环境与现代修行人通行的合理而

正确的路；也许是我们缺少了正确的指引；也许是已经有人为我们指明了道路与方向，但是我们却了解得不清晰，或者了解了却不坚持，等等。

人身难得今已得，佛法难闻今已闻，上师难遇今已遇，一失人身万劫不复。如果我们不抓住今生幸得宝贵人身的机会解脱，可以这样说，永远都不会再有这样的机会了！这绝不是危言耸听、夸大其词。不用说我们被以往所造恶业的牵引，好好想想，就是在今生，我们所造的杀盗淫妄酒中的任何一种恶业，就足以让我们堕落地狱深渊，永无出头之日！况且我们所处的还是末法时期，谁也转变不了众生的业力，谁也改变不了无常，谁也阻挡不了佛法衰落的脚步……

所以任何人想解脱、想成佛，绝不可以忽视、放弃加行的修法。放弃了加行的修法，就等于放弃了修行；放弃了加行的修法，就等于放弃了解脱；放弃了加行的修法，就等于放弃了佛果！

所以基础的修行至关重要。无论是修净土宗，修禅宗，还是修密宗，都需要出离心、慈悲心、菩提心，忏障与积福的基础。

修行来不得半点虚假，不要自欺欺人。有些人妄想通过不修加行来投机取巧，寻找捷径，实则本末倒置。

只有修持加行才是真正通向大圆满境界的捷径。只有修好了加行，才能让自己变成大圆满的法器；只有成为了法器，我们才能真正迈向解脱，我们才能究竟成佛！

大圆满法的修行次第

达真堪布

大圆满法门来自法身佛普贤王如来，由佛界传入天界，由天界传入人间，是听闻得解脱的顿悟法门，是密乘宁玛派（红教）的最高即身成佛法门。密乘续典中曾授记，随着末法时代的黑暗越来越重，无上大圆满的光明反而越来越增上。全知龙钦巴尊者曾授记，将来大圆满法会越来越兴盛。麦彭仁波切也指出，末法时代的黑暗越来越深时，大圆满的日光就越来越强烈。当今时代虽深处五浊恶世，但是在诸佛菩萨的不可思议加持之下，佛法在南瞻部州进入了一个复兴的伟大时期。因为大圆满法的方便、快捷、殊胜，与现在的众生根基极其相应，因而无上光明大圆满法已在全世界各地得到更为广泛的传播和弘扬。更多的有缘众生，若依次第，认真、严格修学，即身成佛、虹身成就指日可待。

我们在修大圆满法时，主要是按照宁提派的传承与华智仁波切的教言与方法来修学的。

修学大圆满法要具备业障小、福报大、得到上师的窍诀这三个条件。要具有出离心、菩提心以及证悟空性的智慧的基础。而这些条件与基础，全部来自于大圆满法加行的学修。加行是地基，没有地基的建筑不可能建成，没有牢固地基的建筑不可能坚固。正如以往我们所说：修持加行是成就大圆满的唯一之路！

思维观修的时间要求是根据华智仁波切的两大得

意弟子之一阿琼堪布所著的《大圆满法加行引导文记录》的内容，经过足够的听闻以后，再进行思维观修。每个加行要观修 100 天。上等根基者观修 100 座，每天一座；中等根基者观修 200 座，每天两座；下等根基者观修 400 座，每天四座。每座为一小时。平时在日常的生活中也要处处观修每个修法的内容。

若第一天没有观修，第二天可以多观修。如按照每个加行修学 100 天计算，九个加行则需要 900 天。我们大致需要三年的时间修学完全部加行。因为每年我们还有共修法会，或进行其他的修法。

修加行的过程中，主要是以观修为主。如果观累了，或者观不下去了，可以在无想、无意念当中坐一会儿，当成休息。念头起来了，再继续观修。真正的静修是进入当初的状态，把自己的心安住于本觉当中。这是见性以后才可以有的。

我们平日里没有太多的时间专门观修，只能观修一、两个小时，时间很短。但佛讲的都是诸法的真相真理，每一段修法都不离世间。我们可以把佛法落实、运用到日常的生活工作中，在接待人，处理事的过程中，处处提起正念，在生活与工作当中解脱、圆满。

这样的观修也不一定是绝对的，不光要看时间，还要看相续。因为每个人的根基不同，有的人可能观修 100 座就达到了效果，有的人可能观修了 200 座才能达到效果，有的人可能观修了 400 座还达不到效果。也就是说，根据各人的根基，有的人不需要修持这么长时间就达到

了效果；有的人可能修持了三年还没有达到效果。然而依我个人看，如果我们按照这个过程如理如法地修持加行，三年以后大部分人都可以修正行了。

需要重点强调的是：真正想修学大圆满法正行，必须严格按照传承与仪轨，以及上师的要求实修加行，并且每一个加行都要达到一定的层次。待基础打牢了，才可以进入正行。如果不按照传承与仪轨，以及上师的要求修加行，不允许修正行，即使修了也不能成就。

这些加行修好了，再修大圆满法正行中特有的一些加行修法，然后再修正行。正行就是能即身成佛，虹身成就的立断法和顿超法。立断法：立即可以断除所有的妄念执着。顿超法：顿时可以超出三界轮回，直接达到佛的圆满境界。

加行主要观修内容及要达到的效果

四外加行

一、暇满难得

恶趣众生如大地土，人道众生如白日星。累生累世积累的善业，才有了今生幸得人身的机会。而远离了八种无闲暇处，具足了十种圆满的人身才是暇满人身，它胜过了如意宝。然而，如果我们不珍惜这个珍宝般的人身，不抓紧时间精进修学，在没有解脱之前，死亡来临，恶业牵引，就会不可避免地堕入恶趣，那时就再也没有解脱的机会了。所以我们一定要仔细观察思维，自己现在所拥有的人身是否是暇满的人身？如果不是暇满人身，就一定要竭尽全力，想尽办法让自己的人身变成暇满。学修暇满难得的目的，就是为了让自己的相续变成暇满。

主要观修内容：

1、八种闲暇，十种圆满

2、从因、喻、数的角度来思维人身难得

3、怎样去珍惜人身，什么叫珍惜人身

修持此法要达到的最终效果：真正认识到，了解到，体悟到，真正懂得了暇满的人身是解脱成佛唯一的机缘与条件，没有暇满的人身就没有学佛修行的机会，发自内心地珍惜所得到的人身，进而精进修行，就如同一生中从未睡眠过的金厄瓦格西。

但是暇满的人身也不是恒常的，我们随时随地会失去生命，一旦无常到来，就再也没有解脱机会了。接着我们要进入下一个修法：寿命无常。

二、寿命无常

所有的一切都是无常的，都在刹那刹那当中变。山河大地，万事万物，包括我们的生命都是无常的。我们的生命非常脆弱，时时刻刻、在在处处都有失去的可能。在哪里死，什么时候死，以何种方式死，我们根本无法把握。

主要观修内容：

1、思维外器世界而修无常

2、思维内情众生而修无常

3、思维殊胜正士而修无常

4、思维世界尊主而修无常

5、思维各种寓意而修无常

6、思维死缘无定而修无常

7、思维猛力希求而修无常

8、修持无常的功德与利益

修持此法要达到的最终效果：对世间所有的一切不再有丝毫贪念。趁着一息尚存，珍惜佛法，珍惜光阴，分秒必争，全力以赴，竭尽全力地，如同美女头顶燃火，农夫怀进毒蛇，牦牛抢吃青草般，如此急迫地学法修行。

如果我们没有紧迫感，不抓紧时间修行，一旦死亡来临，就要堕入轮回。接着我们要进入下一个修法：轮回过患。

三、轮回过患

地狱有情受狱火，饿鬼感受饥饿苦，傍生感受互食苦，人间感受短命苦，非天感受争斗苦，天境感受放逸苦，轮回犹如针之尖，何时亦无有安乐。六道众生无论生于何处，都离不开痛苦的本性，超不出痛苦的范围，

六道轮回如火坑，如苦海，没有丝毫安乐。我们生生世世以来造作过无数的恶业，因缘成熟了，就会不可避免地再次堕入轮回，继续感受无边无际、无止无休的痛苦。

主要观修内容：

1、地狱之苦：（1）八热地狱；（2）近边地狱；
（3）八寒地狱；（4）孤独地狱

2、饿鬼之苦：（1）隐住饿鬼；（2）空游饿鬼

3、傍生之苦：（1）海居傍生；（2）散居傍生

4、人类之苦：（1）三大根本苦；（2）八支分苦

5、非天之苦

6、天人之苦

7、什么是真实无伪的厌离心或出离心

修持此法要达到的最终效果：对六道轮回生起真正的恐惧心、畏惧心、厌离心。生起逃脱轮回的决心，迫不及待地想解脱。

如果我们抓紧时间学佛修行了，我们能解脱轮回吗？当然能！因为因果是不虚的，善有善报，恶有恶报，修菩提道得菩提果。因而要进入下一个修法：因果不虚。

四、因果不虚

善恶皆有果报。种恶因结恶果，种善因结善果。我们首先要知道什么是真正的善与恶，生起断恶行善的决心。一旦我们产生了脱离轮回的想法，就必须舍弃轮回的因，再微小的善业也要尽力行持，再微小的恶业也要尽力遮止。一旦我们真正想脱离轮回，就要行菩萨道，这样才能得菩提果。

主要观修内容：

1、所断之十种恶业及果报

2、应行之十种善业及果报

3、什么才是行善断恶，怎样去行善断恶

4、一切业的自性

修持此法要达到的最终效果：深信因果、谨慎取舍善恶，最终断恶行善，并将自己所有的起心动念全部转向菩提果的因。

观修四外加行的结果与最终目的：断除对世间一切法的贪念，生起真正的脱离轮回之心。

脱离轮回需要修持佛法，修持佛法首先要进入佛门。那么怎样才能进入佛门？接着我们要进入下一个阶段的观修。

五内加行

一、皈依

皈依是佛教与外道的界限，是一切正法的基础。只有皈依了，才是进入佛门；只有进入了佛门，才能修学正法。

主要观修内容：

1、皈依的基础

2、皈依的分类

3、皈依的方法

4、皈依的学处

5、皈依的功德

修持此法要达到的最终效果：无论面对何种情境，对上师三宝，对佛法的信心永不退转，永不改变，永不动摇。真正生起以佛陀为导师，以佛法为道路，以僧众为道友，以上师为怙主的决心！

我们进入佛门了，就要想尽办法早日成就，那么就要进入大乘修法。接着我们要修持下一个修法：发菩提心。

二、发菩提心

菩提心是如意宝。它是进入大乘修法的标志，是一切大乘修法的基础。我们一定要进入大乘法门，否则就没有资格修持大乘佛法。如果不修持大乘佛法，就不能成佛。真正发出了菩提心，时时刻刻都能消除业障，时时刻刻都能增长智慧，增加福报。

主要观修内容：

1、四无量心

2、愿菩提心

3、行菩提心

4、愿行菩提心的学处

修持此法要达到的最终效果：对所有的众生生起真实无伪、平等的慈悲心；生起为救度众生誓愿成佛的决心；为早日圆成佛道而精进认真闻思修行，精进认真践行六度。

为了早日成佛，我们要尽快消业。只有铲除了业障，我们才能在修行的道路上勇往直前。接着我们要进入下一个修法：金刚萨埵除障法。

三、金刚萨埵除障法

由于无始劫以来的无明愚痴颠倒，我们造作了无数的恶业。这些恶业障碍我们修持佛法，障碍我们解脱成佛。如果不将所有的业障清净掉，一旦因缘成熟，我们就会堕入三途，因此没有什么比消业还重要。在所有的消除业障的修法当中，金刚萨埵除障法是消业最快、最

殊胜的方法。

主要观修内容：

1、忏悔的重要性

2、四种对治力

3、观修金刚萨埵

4、忏悔的功德

修持此法要达到的最终效果：业障消了，烦恼少了、习气小了，违缘障碍没有了，修行更精进了，更轻松自在了。

但是业障消除的同时还要积福，才能圆满福慧资粮，因此下一步我们要修持最殊胜的积累福慧资粮的方法：供修曼茶罗。

四、供修曼茶罗

一切世间出世间的成就，都是从福慧当中产生的。如果没有圆满福慧两种资粮，则不能解脱成佛。而获得福慧资粮的方法属供修曼茶罗最为殊胜，因为它重复供养了整个宇宙的一切财富。

主要观修内容：

1、供修曼茶罗的重要性

2、所修曼茶罗

3、所供曼茶罗

4、供三十七堆曼茶罗

5、三身曼茶罗

6、七堆曼茶罗

7、积累资粮的道理

修持此法要达到的最终效果：福报具足了，智慧增上了，对修行，对佛法，对上师更有信心了。

通过如上修学，我们的福报、智慧具足了，但是真正要证悟最究竟最圆满的智慧，则需要上师的加持与窍诀。没有上师的加持与窍诀，不会取得圆满成就，要想得到这些就要进入下一个修法：上师瑜伽。

五、上师瑜伽

修行不能没有上师，上师是一切功德与加持的来源。不依止上师，没有上师的加持，不会有任何成就。一切佛经、续部、论典中从未宣说过不依止上师而成佛的历史。“十万劫中勤观修，具相随好之本尊，不如刹那念师胜；念咒修法千万遍，不如祈师一遍胜。”对上师生起强烈的信心，真正将上师视为佛！无论在今生还是在来世，都将上师视为唯一的怙主，唯一的依托，任何时候都不改变，都不怀疑，都不动摇！

主要观修内容：

1、修学上师瑜伽的重要性

2、观察上师及依止上师

3、上师瑜伽的实修方法

4、传承上师简介

修持此法要达到最终的效果：将上师所有的功德全部纳入自己的相续中，与上师身口意相应，与上师无二无别，证得大圆满法的境界。

重点提示：

我们一定要按次第，按传承，按上师的要求修学，否则不可能有成就，都是盲修瞎炼。修加行比修正行难。没有基础而学修，就如同想一步登天，就如同建空中楼阁，无论怎样努力，都不会有任何结果，只是白白地虚度大好的光阴，白白地浪费宝贵的人身。

现在有些人对自己没有信心，认为自己不是这种根基，没有这种善根。但是我们可以通过修加行增加自己的信心与善根，让自己变成大圆满法的法器。

大圆满法是即身成佛的方法，我们现在所学修的这个次第与过程，是最完整，最快速，最捷径的。很多大德高僧，历代传承上师都是依此方法成就的。这是他们走过的路，这是他们用过的方法，我们按照这条路，按照这个方法就不会有错。按照上师的要求，这样才能有正确的目标与方向。我们按此坚持不懈地走下去，就能实现我们的愿望。

我们学修加行，必须要按照上述的内容，达到这样的层次。相续成熟了，出离心，菩提心，证悟空性的智慧有了，就成就了。加行是基础，我们按照次第、仪轨、传承与要求实修加行，然后才可以修正行。真正修正行了，成佛就快了。如果加行修得不到位，开正行班了，也不可以参加，参加了也不能成就。

除了正确地修学加行之外，我们还要将修行与生活结合在一起，要把每一段修法都融入、运用到生活当中，时时刻刻在生活当中观修，在生活中解脱圆满。

祈愿所有众生都能学修正法，都能解脱成佛！

吉祥圆满，扎西德勒！

2009 年 3 月 11 日

二〇〇九年农历 2 月 25

发菩提心（一）

为修持成佛要发殊胜菩提心！

为度化一切父母众生要发誓修持成佛！

为早日圆成佛道要精进认真闻思修行！

今天我们要学习的主要内容是菩提心，菩提心是大乘一切修法的前提。前几天我们学习的是皈依。如果我们能够真正皈依上师三宝、进入佛门了，就可以选择修大乘佛法，还是修小乘佛法。

如果你想修大乘佛法，就要学习菩提心。发菩提心是修持大乘佛法的基础。一定要发菩提心，在自己的相续中一定要有菩提心，这样才能进入大乘法门。没有发菩提心之前，根本没有进入大乘法门，所以你也不用学什么净土宗、禅宗或是密宗这些大乘法门。

我们首先一定要好好地观察自己，看自己有没有真正进入佛门。如果到现在还没有真正皈依上师三宝，根本就修持不了正法。一切正法的根本与基础是皈依。没有皈依，不能修持正法。当我们进入佛门以后，如果选择修持大乘佛法，就要发菩提心。看看在自己的相续中有没有真正的菩提心。如果你真正能发出菩提心了，才算进入了大乘法门，才有大乘修法。在此之前不管修什么法，不管学什么佛，都属于是世间法或小乘法，根本不是大乘佛法。

我们都是修净土与大圆满法的人，一定要发菩提心，一定要行菩萨道。菩提心不是随随便便就能发出来的，发菩提心有它的前提条件。菩提心的基础是什么？

基础是四无量心。我们看看自己有没有四无量心的修法，如果有四无量心的修法，才可以发菩提心。

四无量心就是：舍无量心、慈无量心、悲无量心、喜无量心。四无量心当中首先要学习、修持的应该是舍无量心。有了舍无量心的修法，才有慈、悲、喜无量心。如果没有舍无量心的修法，慈、悲、喜无量心很难修持出来。

舍，是舍弃。第一、舍弃对亲朋好友的贪恋心。第二、舍弃对仇人、敌人的怨恨心。在我们的心目中有恩人和仇人、有亲朋好友和冤亲债主的区分。现实生活中，我们习惯对亲朋好友有贪恋心，特别喜欢、特别爱他们，特别愿意跟他们在一起；对我们心目当中的仇人、敌人，我们特别恨他们，特别不喜欢他们，特别不愿意跟他们相遇，特别不愿意跟他们在一起，这是什么原因呢？原因是我们没有修好舍无量心。我们一定要平等，在自己的内心和相续中不能有这两种分别的念头。亲和仇、爱和恨这些一定要平等，没有什么可爱的，也没有什么可恨的。

你现在特别喜欢自己的家人，喜欢自己的子孙，喜欢自己的亲朋好友。我们首先要问问自己：我们为什么那么喜欢他们，那么爱他们，那么牵挂他们呢？原因很简单，就是觉得他们对自己好，对自己有恩。其实在以前的生生世世当中，他们也伤害过我们，也恨过我们，也当过我们的仇人，他们既帮助过我们，也伤害过我们；我们现在也特别地恨自己的仇人、敌人，我们为什么那么恨他们，那么不喜欢他们呢？原因就是我们认为他们

对我们不好，或者认为他们伤害、欺骗过我们。

你现在的这些亲人，以前也伤害过你；你现在的这些仇人，以前也喜欢过你，也帮助过你。你为什么那么爱他？因为你认为他对你好；你为什么那么恨他？因为你认为他对你不好。以前他对你不好，但是现在对你好了；现在对你好了，但是以前他对你不好，这么一看，都一样啊！

我们都是相信三世因果的人，我们有的不是一生一世，而是很多生生世世。在那些生生世世中，我们的恩人、仇人都当过我们的恩人，也都当过我们的仇人，对我们来说，他们都是既有恩，也有仇。那我们现在对他们是应该恨，还是应该爱呢？其实没有什么可恨的，也没有什么可爱的。你为什么那么喜欢他们？为什么那么爱他们？为什么那么想跟他们在一起？原因就是觉得他们对自己好，他们帮助过自己，对自己有恩德；你特别怨恨那些仇人，不愿意跟他们在一起，原因就是觉得他们对自己不好，伤害过自己，欺骗过自己，你讨厌他们。其实每个众生都恨过你，都伤害过你，都欺骗过你，都讨厌过你。但是他们也曾经爱过你，喜欢过你，也帮助过你。所以对他们，我们没有什么可爱的，也没有什么可恨的。恨什么？以前也对我们有恩；爱什么？以前也跟我们有仇。我们本来都认为应该爱自己的恩人，应该恨自己的仇人。但是这么一看，可以说，他们都是我们的仇人；也可以说，他们都是我们的恩人。所以对他们，我们既不能爱，也不能恨。当你认识到这一点，把自己的心安住于这种状态就是舍无量心。这是一种众生

平等的心，一定要修这样的平等心。其中重要的是要理解什么叫无量心。无量心是指对境的众生是无量的，所得到的功德也是无量的，所以叫无量心。这都特别重要啊！

我们一定要相信因果，一定要相信轮回。如果在我们的心里还有爱，说明我们还没有相信因果，没有相信轮回。如果我们真正能够相信轮回，相信因果了，众生也就平等、一样了。如果我们真正能够相信的话，我们的今生和前世就没有什么区别，都是一样。今生的恩人，肯定是我们前世的仇人；前世的仇人，肯定是我们今生的恩人。这么说来，没有什么亲，也没有什么仇；没有什么爱，也没有什么恨。要明白这个道理啊！如果我们明白了，就要讲这个道理，但我们这些人都不讲道理。如果讲道理的话，怎么还会对众生继续怨恨或喜爱呢？所以我们一定要相信因果、相信轮回。

我们前面也学习过轮回过患和因果不虚的道理，但是到现在我们还没有真正相信轮回，也没有真正相信因果。我们如果能够真正相信轮回和因果的话，怎么还有想不开和想不通的人和事呢？别人得到好处、得到便宜的时候，我们应该为他高兴，因为这是他自己的福报。不管这些便宜、好处是从你这里得到的，还是从其它地方得到的，不管是他通过什么手段得到的，都一样。他既然得到了好处，得到了好报，这就是他的因果。他也不是抢的，是自己生生世世修来的福报，在今生得到了。如果他没有这个福报，他不可能得到这个好处。如果他没有这个因缘，他不可能会有这个果报。所以一切的一

切都是因缘果报。如果我们真正相信因果了，那个时候，无论他是从我们这里得到的便宜、好处，还是在其它地方得到的便宜、好处，不管是他通过什么手段得到的便宜、好处，这些都是他自己的福报，我们不应该说他、怨他、恨他，因为这是他自己前世修来的福报，是他应该得到的，我们应该为他高兴。因为利益众生、让众生高兴是我们的义务，是我们的责任。我们什么也没有做，他自己就能够开心，能够快乐，我们就应该为他高兴。

在这过程中，如果他造业了怎么办？这里有很多问题。如果他造业了，通过不好的手段得到好处了，他以后肯定要感受苦报。那时我们不应该恨他，不应该怨他，不应该说他，应该可怜他，替他消业，应该为他发愿：愿他以后不要感受苦报，应该这样。但现在很多人都不懂。“我恨他”，你为什么恨他？“他造业，他通过不好的手段来占别人的便宜，通过欺骗的手段得到好处，所以我恨他；他造业造得太狠了，他一点点也不相信因果，不相信轮回，不相信佛法，他还诽谤佛法，诽谤上师，所以我恨他。” 我们不应该恨他，应该可怜他、慈悲他，这才是发菩提心。应该替他消业，应该为他发愿，这才是菩提心，这才是菩萨。他得到好处了，这是他修来的福报；他造业了，是他自己的事，以后肯定要感受苦报，跟你有什么关系？你为什么恨他、怨他？为什么说他？是我们不讲理，还觉得自己很有修行。没有这样修的，不应该这样修。所以在我们心里不能有爱，也不能有恨。在我们的相续中不能有亲，也不能有仇。其实一切众生都一样，都当过我们的仇人，也都当过我

们的恩人，所以都是平等的，我们一定要修平等心。我们如果能够修出来这样一颗平等的心，才是四无量心。

其次要修持的是慈无量心。慈无量心就是我们要发自内心地想给予一切众生安乐，希望一切众生都能得到永久的安乐，都能得到好处，都能得到快乐、幸福，都能解脱成就。对每个众生都一样有慈心，这个心就是慈无量心。

你怎么看待、对待自己的亲生儿女，你也要同样地看待、对待一切众生，全心全意、竭尽全力地帮助别人、照顾别人、尊重别人，这样的心就是慈心。你对自己今生的亲生儿女，为什么那么好？不管他们对你怎么不好，你都能忍、能让，都能付出自己的一切；为了他们的幸福，为了他们的快乐，你能舍弃自己的一切，为什么呢？“因为是我亲生的呀。”没有别的，这是我们照顾家人的原因。但是我们都是相信因果的人，我们都是相信轮回的人。其实每个众生都曾经是你的孩子，都曾经是你的亲生儿女。所以你对一切众生都应该一样，对一切众生都要有对待亲生儿女的心，应该对一切众生都竭尽全力地帮助，这是慈无量心。

第三个要修持的是悲无量心。六道轮回都有痛苦，一切众生都在感受不同的痛苦。你能发自内心地想拔除一切众生的痛苦，发愿让这些众生都逃离、摆脱一切痛苦。时刻在想这些众生，什么时候才能解脱，什么时候才能脱离轮回，什么时候才能摆脱一切痛苦。这就是悲无量心。

最后要修持的是喜无量心。喜无量心是对每个众生

都有一颗这样的心：无论众生有什么好处，有什么幸福，有什么快乐，你都喜欢，而且特别希望每个众生都能这样。众生获得快乐、幸福的时候，你不但没有嫉妒心，反而还有欢喜心——对每个众生都有欢喜心。这就是喜无量心。

以上讲的就是四无量心，四无量心是菩提心的基础，在这个基础上才能发出菩提心。

慈悲心的基础是知母、知恩、报恩，有这三个修法才有慈悲心。

第一个、知母。你要相信轮回，相信轮回了，才能相信这个道理：就是我们在流转轮回的过程中，一切众生都当过我们的父母。轮回是无始无终的，所以我们流转轮回的过程是无数的，我们的生死也是无数的。生的时候都要依靠父母，父母也不是一、两个，而是一切众生都轮换着做过自己的父母，而且也不是一次、两次，而是很多次、无数次。

第二个、知恩。一切众生在当我们父母的时候，像现在的父母一样，好吃的东西都先给我们吃，好穿的衣服都先给我们穿，慈爱地抚养我们长大。像现在的父母一样，对我们有恩德。

然后是报恩。一切众生都对我们有恩德，所以我们一定要报答这个恩德。我们怎么才能报答这个恩德呢？即使给他们吃的、穿的、用的，都报答不了父母的恩德。我们唯一能做的就是学佛修行，成佛以后转法轮。我们能转法轮了，才能救度这些父母众生。

从现在开始，在我们修行的过程中，跟每个众生都

要结善缘，不能结恶缘。如果结恶缘了，将来我们成佛了，那个时候也救度不了他们，甚至他们还会给我们造成障碍。比如以前释迦牟尼佛在世的时候也是，提婆达多等人就给释迦牟尼佛造成了违缘、障碍，所以现在我们不能结恶缘。我们在学佛、修行的过程中，能够接触的、听见的、看见的、想到的众生，都要对他们发一个好心、发一个好愿："以后我成佛的时候，愿他们都能成为我的眷属，愿他们都能成为我的弟子，都跟我学，都能修持成佛。"对每个众生都不能有不好的心，不能有贪嗔痴这些不清净的心。

应该发一个好心、发一个好愿，这个特别重要。我们为了什么学佛？不就是为了众生嘛！我们成佛了，成佛的目的是什么？我们都是学大乘佛法的，我们都是修持大乘佛法的人。我们学佛的目的不就是成佛后救度众生吗？所以我们要跟这些众生结善缘、结好缘。这样，我们成佛以后才能救度他们。如果没有跟他们结善缘的话，将来他们根本不可能成为我们的眷属、成为我们的弟子。我们怎么能救度他们呢？

佛和佛不一样，有的佛眷属特别多，有的佛则没有那么多眷属。有的佛弟子特别多，其中成就的弟子也特别多。这是因为他们在因地的时候，在修行的过程中，跟很多、很多众生结了善缘；有的佛则没有那么多弟子，没有那么多成就的弟子，原因是他们在因地的时候，在修行的过程中，跟众生没有结那么多善缘，所以他们的眷属就少，成就的弟子就更少。所以如果我们没有与众生结善缘，等到我们将来成佛以后，能转法轮了，那些

众生就不能成为我们的眷属、弟子，也不能跟我们修学佛法，所以我们就帮不了他们。

因此，我们对每个众生都不能结恶缘，一定要结善缘，多多地结善缘。你给他东西的时候，你就发心、发愿：愿他也能学佛修行，愿我成佛的时候第一个能度他，愿我成佛的时候他能成为我的眷属、弟子，让他学佛修行，让他解脱。拿别人东西的时候也是发同样心、同样的愿，这也是一种缘，你一定要发好心、结善缘。

无论什么时候都要结善缘，无论我们看见、听见，还是想到别的众生的时候，不能有贪嗔痴，不能有诸如嫉妒、傲慢、烦恼等分别心。我们一定要发一个好心，结一个好缘。这样的话，对我们的修行特别有帮助，这都是修行的窍诀。我们都是修大乘佛法的人，修大乘佛法的人不是为了自己解脱，也不是为了自己成佛，而是为了救度众生。大乘修行者为什么学佛？为什么修行？就是为了要救度众生。

我们学佛修行唯一的目的就是度化众生。如果我们在因地的时候，在修行的过程中，不跟众生结善缘，反而还结恶缘的话，将来我们成佛了也不能救度他们。现在很多人，包括我们周围的这些亲戚朋友，我们劝他们学佛，劝他们修行，也劝不动，他们不但不学、不修，还诽谤我们。那个时候我们不能恨他们，不能怨他们，一定要可怜他们，一定要慈悲他们，一定要发好心、发好愿：我将来成佛的时候，愿我第一个救度他们，一定能度化他们。这么做特别重要。

我们都是大乘佛法的修行者，大乘修行者就是为众

生修持成佛的人，为众生修持成佛后,再来救度他们，这样我们才能报答一切父母众生的恩德。众生都有烦恼，众生都有痛苦，根源是什么？根源就是有无明、我执。如果我们想让他们解脱烦恼，脱离痛苦，就一定要让他们断除这个烦恼、痛苦的根源。只有我们成佛了以后，能转法轮了，给他们讲经说法，才能让他们了解断除无明、我执的方法。如果我们跟他们结上善缘了，到时他们就能听我们的话，就能相信我们。他们相信我们了，就能按我们的要求去做，才能断除烦恼、痛苦的根源。断除这个根源了，才能解脱烦恼，才能脱离痛苦。你给他吃的、穿的，没有用。他一样有烦恼、痛苦，解决不了根本问题。只有我们成佛了，为他们转法轮、讲经说法，让他们学佛修行，让他们断除烦恼、我执，那个时候，才能解决所有的问题，这才是最好的选择。

现在有些人说：“我要孝顺父母”，“我要报恩”。也不懂前世、来世，只知道自己今生的父母对自己有恩德，有时候买点东西送给他们，但这都不是真正的报恩。真正的报恩就是刚才说的：为一切父母众生发誓修持成佛后，给他们讲经说法，让他们学佛修行，让他们断烦恼、断我执，这才是最好的方法，这才能解决所有的问题，这才是真正的孝顺父母。所以这都特别重要。

我们为父母学佛、修行，等到我们成佛后，再把解脱的方法、成就的方法告诉他们。那个时候，要是他们不听怎么办？所以我们在修行的过程中，要跟他们多结善缘，不能结恶缘，不能让他们生气、伤心、烦恼。如果让父母生气了，让父母不高兴了，那就是结恶缘了，

到时，你成佛了也救度不了他们，因为那时，他是你的敌人，不会跟你学。

如果你对一切父母众生没有贪心，没有嗔恨心，没有愚痴，那就是结善缘了；如果你对他们有烦恼和分别念，那就是结恶缘了。一定要调整好自己的心态，好好地与众生结善缘。不管什么时候，他们对你好也行，对你不好也罢，都是一样的。对你不好，伤害你了，这也是你自己的因果，也不能完全怨他们。他们得到好处了、得到便宜了，这也是他们自己的因果，没有什么可恨的，也没有什么可埋怨的，所以说这都是应该的。我们要相信轮回、相信因果。因果特别重要，因果律是佛教重要的组成部分。如果不相信轮回，不相信因果，我们就不能学佛，不能修行。不相信轮回的人，就是不相信佛法的人；没有取舍因果，就没有修持佛法。一定要记住这些。

不要认为自己很有修行，看看自己有没有取舍因果。我说过，我们一定要断除一切恶业，一定要奉行一切善业。什么是断恶？什么是行善？这都特别重要。很多人到现在还没有断恶、行善，我说过，你不杀生，这不叫断恶。那什么叫断恶？就是从心里下决心、做决定：我从今以后，纵遇命难也不杀害任何众生的生命，这个决心叫断恶。对每个恶业都有这个决心，才是断恶。什么是行善？你放生了，不是行善。从心里下决心、做决定：从今以后我要全力以赴地爱护众生的生命，这个决心叫行善。对每个善业都有这个决心，才是行善。如果没有这个决心，只做布施、只放生，这不是行善。

现在很多人说："我断恶了，因为我不杀生了"，"我行善了，因为我放生了"。不是，这不是断恶行善。这个要弄明白、搞清楚，我看很多人到现在还没有弄明白、搞清楚，到现在还不会断恶、行善，如果连断恶、行善都不会，连断恶、行善的基础都没有，你怎么学佛，怎么修行？这是皈依的基础，如果没有这个基础，连皈依都做不到。

我们相信因果了，还有什么想不开、想不通的？！有些人总是认为："他骗我了"，"我的钱财、我的财产都让他骗走了，所以我心里特别不平衡，特别恨他。"不能那么说，不是你的钱财让他骗走了，这本来就是他的，是你抢来的，机缘成熟了，他又拿走了，没有什么别的原因。

要相信因果，这个时候我们应该好好地还债，好好地承担自己的恶报。我们不能怨他、恨他、说他，不能这样。他对你不好，他恨你了，骂你了，打你了，伤害你了，这也是你自己造的业。那时他没有伤害你，现在机缘成熟了，他给你制造违缘是帮你消业、帮你还债，知道吗？不管过去什么时候你欠的债都得还，不还肯定不行。业是自己造的，福报是自己修来的，痛苦也是自己找来的，谁也没有伤害你。

所以一定要把心放平、放正，应该跟每个众生结善缘。结善缘了，生生世世他们都成为我们的好朋友，他们都会帮助我们，都不会伤害我们。因为我们跟他们结的是善缘，我们也肯定能得到善报。如果我们跟他们结恶缘了，那我们得到的肯定是恶报。现在有的人对我们

不好，有的人诽谤我们，有的人伤害我们，有的人欺骗我们，是因为我们以前没有做好，跟他们结恶缘了，现在机缘成熟了，开始受报了，所以应该承受这些，应该乐乐呵呵的还债。真的，不能埋怨他们，更不能去怨恨他们。如果你还继续怨恨他们，这样又结上恶缘了，以后还要感受这个果报，这就是轮回。如果你这次没有跟他结恶缘，而是结善缘了，以后就不用感受恶果了，这个恶缘和苦报就结束了。以后你就结上善缘了，得到的就是善报、好报，就没有这个恶报了。

这就是解脱的方法，我们只有这么做，才能解脱，才能成就。不可能随随便便地成就、成佛，也不可能随随便便地解脱。不管什么时候，不管在什么样的情况下，不管对什么样的众生，都一定要结善缘，不能结恶缘。

结恶缘很容易，结善缘很难，我们一定要努力。因为我们都有习气、烦恼，肯定会造恶业，所以结恶缘特别容易、特别方便；由于我们的善根薄弱、福报小，所以结善缘特别难。我们现在学佛修行一定要注意这些，一定要努力奋斗，要精进。

我们要多结善缘，这叫行善。跟每个众生都结善缘，不结恶缘。善缘、恶缘都是心，对每个众生有一颗好心就行。他能够理解也行，不理解也行，对他有好处也行，对他没有好处，反而还有坏处也行。重要的是自己的心，心善一切善，心恶一切恶。比如你好心好意地说他几句，他不高兴了、生气了，那就没有办法了。这完全是善，因为你完全是为他好，才那么做的，你是好心，没有坏心，没有自私自利的心，所以这里不会有什么不好的因缘。

这颗心，很重要。有时候学佛、修行，行善、断恶，都觉得难，其实不难。因为所有的权利都掌握在我们自己手里，方向盘也在我们自己手里，车往哪开，完全由我们自己把握，制造快乐还是制造痛苦，完全取决于自己。有时候你觉得难，其实一点点也不难，最重要的是这颗心，你一定要看住这颗心，一定要调整好自己的心，这个十分重要。

今天就讲到这里。祝大家吉祥圆满，扎西德勒！

发菩提心（二）

为修持成佛要发殊胜菩提心！

为度化一切父母众生要发誓修持成佛！

为早日圆成佛道要精进认真闻思修行！

我们今天要学习的主要内容也是发菩提心。对我们来说发菩提心十分重要，它是一种必不可少的修法。

我们在前面通过四种厌离心的修法、四种外加行的修法，才能够在我们的相续中生起出离心。为了解脱，我们皈依了上师三宝之后，才算真正进入了佛门，然后我们为了救度众生要发殊胜菩提心。

我们一定要进入大乘法门，如果没有进入大乘法门，我们就不能修持大乘佛法；如果不修持大乘佛法，就不能成佛。所以我们一定要好好地修习菩提心，都要发菩提心。

但菩提心不是谁都能发出来的，发菩提心有它先决的条件，有它基础的修法。菩提心的基础修法是慈悲心，如果没有慈悲心的话，不能发出菩提心，即使想发也很

难发出来。在相续中有了慈悲心之后，我们才可以发出菩提心，才能真正发出菩提心。菩提心特别重要，如果在我们的相续中真正有菩提心了，以后学佛、修行、解脱、成就都不难了，一点点也不难了。那个时候我们才真正有修行了，那时，我们的行住坐卧都是修行佛法的过程，吃喝玩乐都是修持佛法的方法，但这些在没有发出菩提心之前很难做到。

小乘佛法在行为、形式上要求特别高。大乘佛法在心地、发心上要求特别高，但在行为和形式上要求并不高，怎么都行。但大乘佛法建立在菩提心的基础上。如果你真正发出了菩提心，时时刻刻都能增长你的智慧，随时随地都能增加你的福报。生起菩提心具有如下功德：第一、不造业；第二、能积福、消业。所以说菩提心特别重要。

有的人问："我想发菩提心，可怎么发不出来呢？"肯定发不出来。因为菩提心不是想发就能发出来的，它是通过各种正确的修持方法修炼出来的。你不修，也不炼，能发出来吗？这是不可能的。

我们都明白三世因果的道理，但是在行动上我们往往做不到不造业。就像现在有的人说："道理我也知道，也明白，但是我做不到。"你肯定做不到，你需要修，需要炼，通过修炼，那时功夫上来了，才能对付这些习气和烦恼。如果没有功夫的话，你根本对付不了它们。每当习气、烦恼上来的时候，你就会失去以前清净的模样。所以我们一定要修炼。

我们在前面学习过"因果不虚"，"因果不虚"里

讲一切都是因缘果报。佛讲三世因果，如果你能够真正相信佛，真正能够相信因果了，那你还有什么想不开的，还有什么想不通的？！但是我们现在还有想不开、想不通的时候，说明我们到现在还没有相信因果。如果我们真正相信因果了，还有什么可恨的，还有什么可怨的？！一切都是自己造业的果报。有什么可贪着的？有什么可牵挂、爱恋的？这一切也是因缘果报，都是自己以前造的业，现在因缘成熟了，要感受的果报，没有别的原因啊！所以好也行，坏也行；快乐也好，痛苦也罢，都是自己造业的果报，都是自己造成的，与别人无关。

有的人对这些道理，也看，也听，也想，但在行动上还是做不到。所以要通过修炼，多看，多听，多想，然后慢慢地越看越深入，越听越深入，越想越能更深地领悟这些道理，然后慢慢就能做到了。不可能一下就能做到，慢慢来。

发菩提心、慈悲心也是一样，必须通过修炼，才能在我们的相续中产生慈悲心和菩提心。如果我们没有修炼的话，很难生起慈悲心和菩提心。所以我们只知道、只明白这些道理也没有多大的意义。只有在我们的相续中真正有了慈悲心，有了菩提心，那个时候，我们才能解脱，才能成佛，否则是不可能的。所以慈悲心和菩提心特别重要。

发菩提心的先决条件是什么？是生起慈悲心。没有慈悲心就没有菩提心，有慈悲心才有菩提心。但现在很多人认为的慈悲心，不是佛法里讲的慈悲心，因为你的慈悲心有分别：你对穷人有慈悲心，但是对富人没有慈

悲心；对好人有慈悲心，但对坏人、恶人没有慈悲心；对老人有慈悲心，但对年轻人没有慈悲心，这都是分别。佛法里讲的慈悲心是慈无量心、悲无量心。它的对境是众生，是无量的众生，它得到的功德也是无量的，所以它是慈无量心、悲无量心。都是平等的，不是对穷人有慈悲，对富人没有慈悲；不是对好人有慈悲，对恶人没有慈悲；也不是对老人有慈悲，对年轻人没有慈悲，这都不对。

佛法里讲的慈悲心是平等的。众生无明、愚痴，这是他们真正最可怜的地方，我们应该站在这个角度看。众生无依靠，没人管，没有吃的，没有穿的，有病，有困难……这些都不是他们最可怜的地方，因为这些困难都是暂时的，不可能永远那样。富，不可能永远富；穷，也不可能永远穷。每个众生都一样，都有富的时候，也有穷的时候；有好的时候，也有坏的时候。

但是每个众生，不管穷富贵贱，都有烦恼，都有痛苦。他们会在不同的环境，从不同的角度，感受不同的痛苦。富有富的烦恼、痛苦，穷有穷的烦恼、痛苦。每个人都有烦恼，每个人都有痛苦，这才是众生最可怜的地方。

每个众生都一样，都不愿意感受痛苦，都希望自己能够得到幸福、快乐。但是他们的所作所为常常是痛苦的因，与所思所想往往背道而驰。比如，他们想的是自己解脱，活得快乐、幸福，但是行为却是恶业，所以得到的只能是痛苦、烦恼。想得到安乐，得到幸福，但是却不会行善业。

快乐、幸福的因缘是断恶、行善，烦恼和痛苦的因缘是造作恶业。但是他们不会断烦恼，不会断恶业；总起烦恼，只做恶业，所以得到的就只能是苦报——痛苦、烦恼。这就是无明、愚痴。

所以我们应该对一切众生都发一颗好心，发一颗慈悲心，对他们不能有怨恨。慈悲心是对一切众生都要平等对待。

现在很多人，别人说他慈悲，他也觉得自己慈悲。因为他遇到一些没有吃的、穿的、没有人管的人，能给对方些吃的、穿的，帮点忙。但这不是慈悲心，也不是菩提心，也不是菩萨行，只是一般的行善。

菩提心是对每一个众生都有慈悲心，想拔除一切众生痛苦，想给予一切众生安乐。每个众生都一样有痛苦、烦恼，为了帮助一切众生解脱痛苦、烦恼，我们一定要从心里这样想：想拔除一切众生的痛苦，而不是几个众生的痛苦；想拔除一切众生永远的痛苦，而不是暂时的痛苦。要时刻发愿：我一定要拔除一切众生的痛苦，然后祈请上师三宝加持，我一定能拔除一切众生的痛苦，这是悲心；慈心就是特别希望能够给予一切众生安乐，然后发愿：我一定要给予一切众生安乐。然后祈请上师三宝加持，我能够给予一切众生安乐。

慈悲心特别重要。慈心和悲心的对境是所有的众生——有缘和无缘的所有众生。不管亲人也好，仇人也好；贵人也好，贱人也好；富人也好，穷人也好，不管什么样的人都是慈悲心的对境。不管人也好，动物也好，其它的众生也好，所有的众生都是慈悲心的对境。慈悲心

是一种希望、一种欲望，是一种发愿，也是一种愿望。

慈悲心是对一切众生都要平等。要求我们断除这两个念头：一个是对亲朋好友的贪恋心；一个是对仇敌的怨恨心。就是修持四无量心中的舍无量心。舍弃这两种分别心，舍弃这两种想法后，修平等心。

舍无量心本身就是一种平等，这是慈悲心的基础。在你的心目中，没有爱，没有恨；没有亲，没有仇。一切众生都是平等的。在这样的状态下，你才能发出真正的慈悲心，发出真正的菩提心。其实也没有什么可难的。我们现在的这些亲属，以前曾经是我们的仇人；我们现在的这些仇人、敌人，以前曾经是我们的恩人。这些亲人、仇人都对我们有过恩，也都对我们有过仇。既有恩，也有仇，所以说，也没有什么亲，也没有什么仇，这就是一种平等心，这个特别重要。

在我们的心目中，在我们的相续中，不能有亲和仇的概念、爱和恨的念头。但在形式上、表面上我们可以有。我们一样可以生活，一样可以关心这些家人、亲属，但是我们要站在另外一个角度，站在他们都是众生的角度。家人、亲属都是与我们最有缘的众生，他们都需要我们的关心，需要我们的照顾，需要我们的帮助，所以我们去关心他们，照顾他们，尊重他们。而不是因为我们对他们有贪执、贪爱，一定要这样想。对这些家人、亲属不能有贪恋心。如果对这些家人、亲属有贪恋心，那你肯定会造业，这样你跟他们结的就是恶缘。跟他们不能结恶缘，一定要结善缘。“那我跟他们不结恶缘能行吗？”能行。你把他们都当成众生，你去关心众生、

照顾众生、尊重众生、恒顺众生，是应该的，这是我们应该做的！

我们每个人都有自己的责任，每个人都有自己的义务。我们一定要尽到责任，我们一定要尽到自己的义务。我们对这些家人、这些事不能有贪恋心，不能有贪图心。如果有这些心的话，我们肯定会造业，肯定会跟他们结上恶缘，那样的话，我们生生世世就会烦恼痛苦。

有的人结婚了，成家了，却没有得到过快乐幸福，天天吵吵闹闹、辛辛苦苦地过日子，原因就是这些。很多夫妻不是善缘，而是恶缘。夫妻之间没有感情，没有真心。一见面就觉得特别的反感，就开始吵闹，离也离不了，好也好不起来。这是生生世世结的恶缘，今生因缘成熟了，得到的苦报。所以彼此就互相伤害、互相恼恨。他让你烦恼，让你痛苦，这就是恼害你、伤害你。你跟他在一起，没有得到快乐、幸福，反而还有很多烦恼、痛苦。这不是互相伤害、互相损害、互相恼害，互相造恶业吗？这些都是恶缘。

现在我们已经懂得了佛法，修持了佛法，以后我们一定要改，一定要跟家人结善缘，不能结恶缘。一定要行善业，不能造恶业。因为一切都是心——心清净，一切都清净；心善，一切都是善。好好地调整心态，不要那么马马虎虎地过日子，不要总是在贪心、嗔恨心、愚痴的状态中过日子，否则的话，生生世世都会烦恼、都会痛苦。不要这样，我不是说过么，有成就的人，也可以成家，也可以生孩子，一点点也不会耽误修行。

成家、生孩子不会耽误你的修行。以前有的大德高

僧也有家，也有孩子，但是没有耽误修行，也不可能耽误修行。在清醒的状态中，在内心清净的情况下，也可以成家，也可以生孩子，也可以过日子，就是一种发心。“我也想学，也想修，但是我现在不行，我不能扔了家，也不能不管孩子。”这么说，一个原因是借口，另一个原因就是不懂。没有智慧，不懂修行。这种人到哪都一样，到山里也一样不会修行，不会有成就的。有智慧的人在哪都一样，一点点也不耽误修行，一点点也不障碍修行。

你的生活就是一种修行，你的工作也是一种修行。如果你的心清净了，一切都是清净的；心不清净，一切都是不清净的。心善一切善，心恶一切恶。完全都看心，一样可以过日子，一样可以工作，一样可以抚育自己的儿女、子孙，但是这一定要有智慧。会过日子的人，就是有修行的人，不会过日子的人，就是没有修行的人。会过日子的人多好啊，全家都乐乐呵呵、高高兴兴地，互相也不障碍、不伤害，还可以互相帮助、互相关怀，这都是修行的对境。在什么样的对境中都一样可以修，并且都可以修成，关键就是这颗心。

一定要看住这颗心，一定要调整好自己的心态，这就行了。善恶只随心，不随行。善恶不在形式上，不在表面上，而在心里，这都特别重要。修行一点点也不耽误你的工作，不耽误你的生活。如果学佛、修行，耽误你的生活了，耽误你的工作了，那你还是没有学好，没有修好。你不是修行人，也不能解脱。

在家里好好地过日子，好好当一个菩萨。你只有无

条件地、不要回报地去关心他们，照顾他们，尊重他们，你才能得到回报。否则你越要回报，你越得不到回报。你越要求他，他越不会满足你。我们对每个众生都不能有要求，都要不求回报地去帮助他们，对自己的家人、儿女、亲属就更不用说了。

现在我们心里老是想不开，总觉得“我对他那么好，但是他对我怎么这样？我为他付出了那么多，但是他现在对我怎么还这样呢？”“这些亲属也是，以前我有钱、有权的时候，我对他们那么好，但是现在谁也不管我，谁也不看我了。”你埋怨别人，恨别人，还是不懂因果，不相信因果，还是没有慈悲心。

不要回报，那个时候你才能得到回报。没有要求，那个时候他才会理你。你越要求他的时候，他越不会理你，并且离你越远。现在这个社会，人都越来越自私了，尤其是大城市里的人，都特别自私、自爱，只考虑自己，不会考虑别人。所以你看现在的人，今天结婚，明天就离婚，离婚的特别多。因为他不会考虑别人，只考虑自己；他也不知道别人的感受，只知道自己的感受。跟以前不一样，以前的人也有自私自爱心，但不是特别强。

现在是末法时期，众生烦恼、习气越来越重，福报越来越浅薄，自私心越来越强。现在人都讲究“利”，这个社会人没有感情，没有同情心，都特别自私。如果对他有利，他就对你好；如果对他没利，他就不理你。今天结婚，明天就离婚，这些事情都是从自私的心里引发出来的。所以人不能自私，你不能只考虑自己，你得考虑对方啊！其实他也不爱跟你吵，不爱跟你闹，愿意

跟你好好地过日子，但他也有痛苦、烦恼，不仅仅是你一个人这样。所以你一定要考虑到对方，一定要关心对方，不要太自私自利。

现在这个社会，特别需要慈悲心和菩提心的教诲和修法。但是谁学啊？谁修啊？一讲这些，谁都不爱听。不应该这样，我们有了慈悲心，有了菩提心，才能打开狭窄的心胸，之前是不可能的事。我们现在讲发慈悲心、菩提心的时候也是，要为众生而发，不能为自己。

我们一定要为一切众生，不能有分别心。这些都是什么意思？这都是为众生，实际上都是为自己的。你真想解脱、成佛的话，你首先一定要把这个“我”忘掉，首先一定要把这个自私自利的念头抹掉、去掉。你没有我执我爱，没有自私自利心，才能获得轻松自在，才能解脱成佛，之前是不可能的事。

这实际上都是为自己的，有智慧的人，为自己的时候去为众生，这样才真正能够得到自己想得到的东西；没有智慧的人，为自己的时候就是为自己，他不会为众生，不会考虑别人，只是考虑自己，所以他什么也得不到，他得到的都是他不愿意得到的东西，这叫愚痴颠倒。所以我们一定要把这个“我”忘掉，心里面不能有“我、我、我……”

什么叫杂念，什么叫杂修？念佛的时候，修行的时候也是，没有把这个“我”忘掉，总有这个“我”，把“我”放在最高处、最前面，所以我们所念、所修的都是杂念、杂修，别的没有什么。今天念阿弥陀佛，明天念药师佛，这就叫杂念？其实这不叫杂念，这都是佛的

名号，你真正会念佛的时候，无论念药师佛，还是念阿弥陀佛，都是一个意思，念哪个都一样。真正的杂修、杂念就是刚才说的，修行的时候，念佛的时候，忘不掉这个“我”。念佛的时候总是有分别念，总有我执、我爱，修行的时候也是这样。这样，所修、所念都是杂修、杂念，这是真正的杂修、杂念。所以我们一定要把这些都去掉，把这个“我”忘掉，把我执、自私自利心都忘掉。我们能够完全为众生、为他人的时候，我们才有成就，才能成佛。

我说过，学佛修行的人，尤其是修大乘佛法的人，一定是个勇敢的人，不管什么时候都拿得起、放得下。但现在有的时候我们拿不起，不敢拿；有的时候放不下。在患得患失的烦恼当中特别痛苦，活得特别累。不应该这样，不管什么时候——好也好、坏也好；遇到顺境的时候也好，遇到逆境的时候也好，都拿得起、放得下。该拿的时候拿得起，该放的时候放得下。

佛法里讲的“拿得起、放得下”是什么意思？就是能忍、能让，一切都能忍，一切都能让给别人。有什么艰难困苦，违缘、障碍，都能忍；有什么好处、快乐和方便都能让给别人，让给众生，这才是真正学佛修行的人，这才是大乘修行者，这才是菩萨。菩萨就是“摩诃萨”，“摩诃萨”就是勇敢的意思，你要勇敢一点，不能总害怕死、害怕有病、害怕有事。你越害怕越有事，越担心越有事。不相信你看看，肯定会这样的。如果你真不担心，真不害怕，彻底放下的时候，就什么事也没有了。

我不是说过么，密勒日巴有病时，他从内心里希望

没有人来看、没有人来问；死的时候也是希望这样。他有那么高的境界，所以他有病了，不可能没有人来问；死了，也不可能没有人来看。我们真正能够达到像他那样的境界的时候，才会有人来看，才会有人来问，之前不可能。

你欲望越大，失望越大；盼望越多，绝望就越多。不要这样。有欲望就有失望，没有欲望就没有失望；有盼望就有绝望，没有盼望就没有绝望。这都是相辅相成的，都是互相对立统一的。我们现在都有绝望，因为我们有盼望；我们现在都有失望，因为我们有欲望。这都是因果，不要害怕，没有事。

不经历风雨不能见彩虹，不经过磨难不能成功！有魔才有佛，你把魔看透了，就是佛，这都是自己的心么。你把他看成魔，他就是你的魔；你把他看成佛，他就是你的佛。你把他看成不好的征相，他就是不好的征相；你把他看成好的征相，他就是好的征相。不管什么事情，不管什么时候，不管好坏，不管顺境、逆境，都是修行的对境。我们学佛、修行，要在对境当中学，在对境当中修，在对境当中炼，我们才能炼出来，才能修出来。没有对境，我们怎么修啊？没有伤害我们的人，怎么修忍辱啊？根本修不了，根本修不成。最好在家里，好好地修，好好地念，这是最好的。到山上怎么修啊，也没有对境。在家里都是对境，你的家人、儿女、亲朋好友、仇人、敌人等，都是你的对境，都是你的善知识。你跟他们好好地学，好好地修，你才能修成。在对境当中修，是最好的修行了。

现实中很多人说："哎呀，我有家，我有孩子，所以我就不能学，不能修。"不要那么认为。你有家，不耽误你修行；你有孩子，也不耽误你成就。你一样能成就，一样能成佛。有人说"等我退休以后、儿子结婚以后……再修。"别等，修行不能等待，因为死亡不会等待。修行不能一拖再拖，不能懈怠、懒惰，一定要抓紧时间精进地修、认真地修、老实地修。你是不是想解脱的人？是不是想成就的人？如果你是真心想解脱的人、真心想成就的人，那你就好好地学，好好的地修，每时每刻都管住这颗心，安住这颗心，调整好自己的心态。

你们现在多好啊！都知道了如何学、如何修，然后按照这个方法去修、炼，一定能解脱、能成就。

在家里好好学、好好修，不用离开家。你出家要心出家，皈依要心皈依。如果心不出家，身出家了，也没有用。有的人说：六祖惠能是先成就，后出家的。他的"先成就，后出家"，指的是他身没出家之前，心就出家了，因为他早就有出离心了。如果他没有出离心，怎么能有菩提心？没有菩提心，怎么能成就呢？这是不可能的事。

所以身出家不重要，六祖惠能也是身没有出家，但是他的心已经出家了，所以他成就了，你们也是一样啊！在家居士都一样，你们的心可以出家，你们都可以当僧人。现在一说僧人都认为是出家人，不是。我们都是修习大乘佛法的人，大乘佛法里讲每个人都可以当僧人，大菩萨就是僧人，登地以上的菩萨都是僧人。你好好学，好好修，开悟了，证悟了，你也成为僧人了。你们都可

以当出家人。在自己的相续中有出离心了，然后开悟了，证悟了，你们就是真正的出家人、真正的僧人了。都一样可以解脱，可以成佛。我说过，关键是这颗心，有一颗善心，有正知、正念，在哪都一样，都可以解脱，可以成就；没有正知、正念，在哪都不能解脱。所以这都特别重要。

皈依重要的是心皈依，形式上的皈依不算皈依。在形式上皈依了，也可以说是皈依了，但是没有真正皈依；身出家了，也可以叫你出家人，但是你的心还没有出家，所以你不是真正的出家人。刚才说的皈依，是说如果你对上师三宝没有四种决心的话，你还不是真正的皈依，还没有真正进入佛门。但是你在形式上、表面上皈依了，皈依证也办了，也可以说是皈依弟子。

现在也有这样的情况，就是有的人，尤其是刚学佛、刚接触佛法的人，根本不懂这些道理，然后领他皈依，让他结善缘。他认为自己皈依了，是佛门弟子了，以后他会慢慢学习佛法，修持佛法，这样在他的相续中慢慢也真正皈依了，这样也行。

关键是这颗心，一切功夫都下在心地上，就是念这颗心，修这颗心，别的没有什么可念的，没有什么可修的。怎么念心？就是观察这颗心，每时每刻都管住这颗心，看住这颗心；怎么修心？就是调整心态、调整发心动机。动机善了，一切都是善；动机恶了，一切都是恶。看动机，我不是说过嘛，所有在善的动机下的行为都是行善，如果真有修行的话，都是消业，都是积福。不管是吃、喝、玩、乐都是消业的过程，都是积福的方法。

善恶不在表面上，都在心里。一切都看心，如果你的心有变化，才是变化，身变不是变，心变了才是变。心进步了，才是真进步。

好好地修，老老实实、认认真真地学。真的。你如果能认真学、坚持修，一定能解脱，一定能成佛。对自己的信心要足，对上师三宝的信心要足。对上师三宝有信心，对自己有信心的人，成就不难，解脱不难，一点点也不难，很容易，很简单；如果你对自己的信心不足，对上师三宝的信心也不足，你成就难、解脱也难，知道吗？

我们一定要相信因果，相信轮回，好好地发慈悲心，发菩提心，这都特别重要。心胸要宽阔，不要那么狭窄；目光不能短浅，一定要看远处。目光不能短浅，是什么意思？就是不要只考虑今生，不要只看眼前，要看全面。一定要考虑生生世世的事，不要只考虑今生今世的事，这些都是暂时的，都会变。好也会变，坏也会变，都没有长久性，没有独立性，都是空性的。

今天就讲到这里。祝大家吉祥圆满，扎西德勒！

发菩提心（三）

为修持成佛要发殊胜菩提心！

为度化一切父母众生要发誓修持成佛！

为早日圆成佛道要精进认真闻思修行！

我们今天学习的主要内容还是发菩提心，这是大乘一切修法的前提。发菩提心需要具足慈悲心这个基础与条件，而发慈悲心，则需要通过“知母”、“知恩”、“报恩”这三种修法。

“知母”的意思是，首先我们要知道无始劫以来，在流转轮回的过程中，所有的众生都当过我们的父母，不是一两次，而是无数次当过我们的父母。

“知恩”是说众生在做我们父母的时候，与现在的父母一样，都对我们有恩德。

“报恩”是讲我们一定要报答父母众生的恩德。

无始劫以来，在流转轮回的过程中，所有的众生都做过我们的父母，都对我们有恩德，但是因为我们没有成佛，没有救度众生的能力，所以我们一直没有报答，也无法报答这些恩德。而且互相还在亏欠。如果我们想报答父母众生的恩德，就要修持成佛。

我们通过发菩提心才会成佛，成佛了才可以转法轮，这也是我们成佛的目的，那时，我们就有教法了。在我们的教法下，通过教导，肯定会有很多的众生成就、成佛，接着他们又转法轮，也有自己的教法，然后在他们的教法下，通过他们的教导也能度化很多的众生。如此循环往复，慢慢就可以救度一切众生，报答一切众生的恩德了。

有人会说，在流转轮回的过程中，我们可以生育、养育他们，还可以照顾、帮助他们，但这都不是究竟、圆满的报答，因为这样解决不了根本问题，反而会造业，会互相伤害。因此，这都不是报恩的方法，这样也报答不了他们的恩德。只有让他们学佛修行，让他们解脱成佛，他们没有了执着心，没有了烦恼、痛苦，获得了永远的幸福、快乐与安乐了，才是最终的目的。我们要以这样的方式、方法来报答父母众生的恩情。

在没有成佛之前，我们无法能够这样做，因为我们没有这个能力。只有我们成佛了，才有这个能力，才能救度众生。现在是释迦牟尼佛的教法，我们通过释迦牟尼佛的教导，能解脱，能成佛。

我们学佛、修行的目的就是转法轮。所以我们都要成佛，都要修行。如果我们要成佛，首先要发心，一定要发菩提心！刚开始要发的心是愿、行菩提心，通过愿菩提心、行菩提心的修法，我们才能发出胜义菩提心。我们有胜义菩提心了，才能解脱，才能成佛。

发愿、行菩提心首先要发慈悲心，就是从心里下决心、做决定："我一定要拔除一切众生的痛苦！"这叫悲心； "我一定要给予一切众生安乐！"这叫慈心。这两个加起来叫慈悲心。当这两种想法特别强烈的时候，我们才能发出愿、行菩提心来。之前都是在表面上、在形式上发的，实际上没有发，也发不出来。

我们知道一切众生都做过我们的父母，对我们有恩德。如果不报答这些恩德，还要互相伤害、结怨，还要痛苦；如果我们能够报答他们的恩德了，才可以解脱，才可以成佛，才可以不用再互相讨债、还债了。

那么，我们怎样才能"拔除一切众生的痛苦，给予一切众生安乐"呢？那时"为了救度一切众生，发誓、发愿要成佛"的念头自然而然就生起来了，这叫发菩提心。所以说在发慈悲心的基础上，才能发出来真正的菩提心。

菩提心也有很多分类：

第一、从心力的角度来讲，菩提心可以分为三种：一种是像国王一样的发心；第二种是像舟子一样的发

心；第三种是像牧童一样的发心。心力就是心的力量，有的人心力大，有的人心力小。

像国王一样的发心——自己先登上王位，然后再维护手下的臣民。就是自己先要获得佛果，然后再去救度众生，这种发心叫广大欲乐之发心。这个发心的心力属于下等。

像舟子一样的发心。舟子就是船夫，船夫和乘客同时到达彼岸。就是不能将众生放在后面自己先成佛，而是自己和众生同时到达彼岸，超出轮回，获得佛果。这种发心叫殊胜智慧之发心。这个发心的心力属于中等。

像牧童一样的发心。牧童把牦牛赶在前面，自己在后面保护牦牛，先让牦牛到达目的地，然后自己再到。就是先将众生安置于佛果，然后自己再成佛。就像地藏王菩萨发的愿："地狱不空，誓不成佛！"这种发心叫无与伦比之发心。这个发心的心力是上等。

第二、依照地道的界限来分，菩提心可以分为四种：第一种是胜解行发心；第二种是清净意乐发心；第三种是异熟发心；第四种是断证发心。

资粮道、加行道的发心是胜解行发心；一地菩萨到七地菩萨的发心是清净意乐发心；八地至十地菩萨的发心是异熟发心；佛断证圆满了，叫断证发心。

第三，从发心本体的角度来分，菩提心可以分为两种：一种是胜义菩提心；另一种是世俗菩提心。

世俗菩提心是登地以下菩萨的发心；胜义菩提心是登地以上菩萨的发心。世俗菩提心又可以分为两个：一个是愿菩提心；一个是行菩提心，这两个菩提心都特别

重要。对于初学者来说世俗菩提心，尤其是愿菩提心特别重要。

我们天天讲法、闻法前念的："为度化一切父母众生要发誓修持成佛！"这是愿菩提心；"为早日圆成佛道要精进认真闻思修行！"这是行菩提心。一个是为果而发誓，一个是为因而发誓。

我们一定要这样反复地发愿、发誓，总有一天在我们的相续中，自然而然就有这个念头，有这个想法，有这个概念，那时，才算发出了愿、行菩提心。发出了愿、行菩提心以后就好办了，修行一点也不难了。没有发心之前，无论修什么法，都不会有真正的收获；无论念哪尊佛，都不会有真正的成就，因为心没有到位。心不到位，做什么事都不到位，修什么法都不到位。心到位了，一切都会到位了。

因此，我们一定要发愿、行菩提心，要多多地发愿、行菩提心。这样，有一天在我们的相续中肯定能产生愿、行菩提心。那时，我们的所作所为都是善事，都是为众生，包括行住坐卧、吃喝玩乐都是为众生。因为我们已经发愿了，我们的相续中已经有这个愿，有这个心了，就没有"我"了。那时一切都不是为自己，都是为众生。

现在，因为有我执、我爱，所以我们的所作所为都是为自己，都是烦恼、分别、执着、造业。当我们的相续中只有菩提心、没有私心杂念的时候，那时我们的行住坐卧都是修行的过程，吃喝玩乐都是修持的方法。每时每刻都能消除业障，都能增加智慧，都能积累福报。

当我们的相续中真正能够产生菩提心的时候，业障

大，不怕；业障深重，不怕，所有的业障都会立即消失，我们就能解脱，就能成佛了。

虽然我们现在也在念佛，在持咒，在诵经，但是都没有发心。如果没有发心，无论念什么，念多少遍，都没有用，解脱不了。因为心没有发，心没有到位。

现在很多人都求往生，但是为了什么呢？为了自己。为了自己能了生死，为了自己能够解脱，根本不是为众生，所以不可能往生。《阿弥陀经》、《无量寿经》里面讲得清清楚楚，在发出菩提心的基础上，还要有足够的资粮，才能往生，否则是不可能的事。

刚才说的菩提心有胜义菩提心、世俗菩提心。胜义菩提心是通过修行才能发出来的。资粮道、加行道这两个道都是发胜义菩提心的基础与条件。只有这些条件具足了，基础打好了，才能产生胜义菩提心。胜义菩提心就是无我的智慧。当我们彻底弄明白了自己的心，见到了自己的本性，证悟、开悟了，那时就有空性无我的智慧了，那时才会有胜义菩提心。这是登地菩萨以上的发心。

一地到十地菩萨的发心都是胜义菩提心，之前都是世俗菩提心。现在有人认为自己发菩提心了。但是，如果你连世俗菩提心和胜义菩提心都分不清楚，怎么能算是发心呢？现在的人都特别爱糊弄自己，爱欺骗自己。“我是念佛的”、“我是持咒的”，实际上没有念佛，也没有持咒。如果你真的念佛、持咒了，肯定证悟了，但是你没有证悟啊！其实你说的、做的这些都不重要，刚才说的这些前行的修法才重要！

前几天我们讲过皈依，其实现在相当多的人都还没

有从心里皈依。连从心里皈依都没有做到，你怎么学，怎么修啊？皈依以后还要发菩提心，你真的能够发菩提心了，才能进入大乘法门，之前你根本就没有进入大乘法门。没有进入大乘法门之前，你念佛、持咒，修这个仪轨、那个仪轨，都没有用，因为心没有到位。因此，修皈依、发心特别重要，这是前提条件。

在相续中没有生起出离心之前，我们无论修什么法门，无论念哪尊佛，都是世间法，只能得到人天福报，得到一点点暂时的利益，根本不能解脱；如果在相续中真有出离心了，但没有发出菩提心，无论念什么佛、修什么法，都是小乘法，根本往生不了，只能得到声闻和缘觉的果位，不能成佛；在出离心的基础上发菩提心，在菩提心的基础上才能念佛、持咒。

念佛有念佛的方法，我们念佛求往生，要具备往生的四个条件，才能往生。修大圆满法要消业、积福，业障小了、少了，福报大了，对上师的信心足了，可以即身成佛。

想达到这样的目的，首先要有菩提心，这个特别重要。如果没有菩提心，你就不是大乘修行者，这样求往生，也求不到；念咒、修本尊，也修不成。菩提心是大乘一切修法的基础，是大乘一切修法的前提，没有这些基础与前提，修什么，念什么，都是白修、白念，没有用！想往生，想成佛，是做梦！

所以说，发心特别重要，不要马马虎虎地学佛、修行。如果没有目标，没有发心，就是盲修；今天念这个，明天念那个，今天修这个，明天修那个，如果没有具体

的修持方法，没有传承和窍诀，就是盲修、瞎炼，这样永远永远都不可能解脱，永远永远都不可能成就，都是虚度光阴，都是荒废人身啊！虚度光阴，怎么虚度不都是一样吗？浪费时间，怎么浪费不都是一样吗？通过盲修瞎炼的手段虚度光阴、荒废人身和通过其它方式虚度光阴、荒废人身是一样的。

这些都特别重要，连皈依都没有做到，没有发菩提心怎么能往生呢？！

第一、到现在还没有断恶，到现在还没有行善，连这些都没有做到，怎么能往生呢？这是不可能的事。断除了十种恶业，奉行了十种善业，只是获得人身其中的一个因，同时还要具足很多缘。因缘具足了才能得到人身，得到人身了，才有解脱的机会，才有成就的可能。

第二、没有出离心就不能修出世间法，没有菩提心就不能修大乘佛法，这些基础的修法对每个人来讲都需要。不管你是修净宗、修禅宗，还是修密宗，都需要这些基础与前提的修法，否则修什么都难成就。有了这些基础与前提的修法，修正行的时候就很容易、很简单——修净土宗不难，修禅宗也不难，修密宗也不难，修大圆满法也不难。到那时你愿意修哪个法都行，就看自己的缘分，这些跟福报、根基、缘分都有关系，不是勉强的。所以我们现在学习的这些，对于我们以后，不管是学习净土法门、禅宗法门、密宗法门，还是修大圆满法、大中观法、大手印法……都特别重要，没有这些基础与前提的修法，你根本修不成这些法！所以我总强调这个。

发心特别重要，每时每刻都要发，这是方法呀！“知

母”、“知恩”、“报恩”是发慈悲心的基础，有了这些修法，我们才能发出来慈悲心。慈悲心是发菩提心的基础，有慈悲心的基础才能发出来菩提心。有菩提心的基础才能往生、才能成佛，之前是不可能的。这些都要记住啊！

不要盲修瞎炼，否则永远不可能证悟，永远不可能解脱，永远不可能成佛！这不是虚度光阴、浪费人身吗？！还是不会珍惜人身！如果你连皈依都没有做到就死了，就是一个结果——堕落恶趣。如果你别的什么也没有修，但你真正能够皈依上师三宝了，就是死了，也能投生为人，也能再次遇到佛法，那时肯定能修成，肯定能成就。如果连皈依都没有做到，就别谈这些了！

现在很多人还在分别："我是修什么什么法门的！"你有这些基础与前提的修法吗？我看很多人都没有。还说："我是修净宗的"、"我是修禅宗的"、"我是修密宗的"，然后还互相排斥、互相诽谤。

现在我们很多的学佛人，大部分都修偏了！佛是没有分别的，佛是清净、平等的。但我们现在都有分别，分别这个、分别那个，互相排斥、嫉妒、诽谤，这都是罪过啊！很多不学佛的人都很奇怪："你们这些佛教徒怎么了？互相之间一点点都不团结，彼此都不尊重对方，其它教的教徒都特别团结。"

我们这些学佛人应该团结，八万四千法门都是一样的，都是佛说的脱离痛苦的方法，有什么区别呀？但是，因为我们都是凡夫，是凡夫就有分别、就有烦恼——对佛法有分别、对上师有分别、对佛也有分别。我们在分别的过程中不断造业，结果就是下地狱，没有别的出路。

我们应该团结起来，互相帮助，这样我们才像学佛人，像佛弟子！我们不要说别人，就说自己，好好地观察自己的相续，好好地反思，自己真的是学佛人，真的是修行人吗？真正的学佛、修行人，应该跟佛相应。我们现在跟佛菩萨、跟上师都不相应，还能谈得上是学佛、修行人吗？

大家都要好好地学、好好地修，这些基础与前提的修法都特别重要啊！前提的修法修好了，基础都有了，然后真正修正行的时候，一点点也不难，很容易，很简单。

现在我们都愿意学修生起次第、圆满次第，大圆满、大中观、大手印，禅宗、净宗这些法，但是都没有成就。原因是什么？就是没有打好基础。如果没有打地基，还想盖楼，这是做梦，是不可能的！空中能盖楼吗？还不会站，就说会跑，谁相信呢？

不要这样，真的，我对你们的第一个要求就是：不要欺骗自己，不要糊弄自己，否则到时候会后悔的，但是那时已经晚了，真的来不及了！大家要不断地观察、反思，自己最清楚自己，自己最明白自己，看看自己到底有没有这些基础的修法。

很多人以前根本不懂，听都没听说过这些。现在能够了解这些、学修这些，是多好的缘分、多大的福报啊！真的！一定要珍惜百日共修！一定要坚持！要一天比一天有进步、有变化，这才是对的，千万不能退步了！

今天就讲到这里。祝大家吉祥圆满，扎西德勒！

发菩提心（四）

为修持成佛要发殊胜菩提心！

为度化一切父母众生要发誓修持成佛！

为早日圆成佛道要精进认真闻思修行！

今天要学习的主要内容也是发心——发菩提心。

菩提心有很多分类，从发心的本体角度来分，可以分两种：一种是胜义菩提心；一种是世俗菩提心。

胜义菩提心不是通过发心仪轨来发的，而是在资粮道和加行道中，通过修世俗菩提心等很多修行的威力，在见道中获得的。在见道之前没有胜义菩提心，只有世俗菩提心。

修到见道的时候，那个时候是登地菩萨、一地菩萨。那个时候才能现量证悟诸法实相、真理，在相续中产生远离一切戏论的空性智慧心，这就是胜义菩提心。大菩萨、登地以上的菩萨才能发出来胜义菩提心，之前，在资粮道、加行道中都没有胜义菩提心，都只是胜义菩提心的前提条件与基础，通过这些修法的力量才能获得胜义菩提心。

世俗菩提心就不一样了。世俗菩提心一定要通过仪轨发菩提心、受菩萨戒。初学者刚开始进入大乘法门的时候，在上师、在真正的善知识面前发菩提心、受菩萨戒是最好的。自己观想在上师三宝面前发菩提心、受菩萨戒也行，也可以观想在所有的诸佛菩萨、上师三宝、善神护法以及一切众生面前发菩提心、受菩萨戒，他们都是我们发菩提心的见证人。但这些都必须要通过仪

轨。现在很多人根本没有发心仪轨，虽然也知道要发菩提心，却不会发菩提心，不知道怎么发菩提心。如果没有仪轨，没有发菩提心的方式，你怎么发菩提心啊？

刚开始的时候要发世俗菩提心。世俗菩提心也分两种：一种是愿菩提心；一种是行菩提心。我们现在要发的心就是这两种世俗菩提心，登地以下的菩萨，刚开始学修大乘佛法的这些初学者都要发，都可以发，每个人都能发出来这两种世俗菩提心。

胜义菩提心就不一样了，必须是大菩萨、登地以上的菩萨才能发出来胜义菩提心，才能有胜义菩提心。这是通过修行的力量，通过很长时间的修行威力获得的。

想发出来世俗菩提心必须通过仪轨发，一天发多少次都行；一天不间断地发也行；就是别的什么也不修，每天只发菩提心，只念发心仪轨、受菩萨戒也行，天天不间断的发心，不间断的受戒。在龙树菩萨的传承里，发菩提心、受菩萨戒是统一的。发菩提心了，就已经受菩萨戒了。但是，因为我们都是凡夫，都有烦恼、习气，所以肯定会犯戒，而且刚开始的时候，我们的发心肯定不到位。因此要天天发，不间断地发。我们上早课、上晚课、做会供、受八关斋戒的时候，都是通过发心仪轨发菩提心、受菩萨戒。同样，任何时候都可以通过发心仪轨发菩提心、受菩萨戒，而且应该不间断。

受菩萨戒的仪轨有两个大传承：一个是无著菩萨的传承；一个是龙树菩萨的传承。两个传承都一样：首先要皈依，然后在皈依的基础上才可以发菩提心。

我们现在的发心仪轨是《入菩萨行论》里龙树菩萨

的传承："祈请十方一切出有坏正等觉"，这是祈请一切诸佛；"及十地菩萨摩诃萨众"这是祈请所有的菩萨；"及诸位大金刚持上师垂念我"这是祈请一切上师，让他们都垂念着自己、看着自己，在这样的情况下，发菩提心，受菩萨戒。

第一个是皈依："乃至菩提果，皈依诸如来，正法菩萨众，如是亦皈依。"念三遍是皈依三宝，这是菩提心的基础。

不管你是受别解脱戒、菩萨戒，还是密乘三昧耶戒，都需要修持皈依，如果没有皈依的基础，不能受戒，这些都是一样的。

第二个是发心："如昔诸善逝，先发菩提心，复此循序住，菩萨诸学处。如是为利生，我发菩提心，复于诸学处，次第勤修学"，这就是发菩提心。往昔诸佛菩萨是怎么发心的，我也如此发心；往昔诸佛菩萨是怎么修习菩萨的学处，怎么救度众生的，我也怎么做，就这么发心。

发心需要念三遍。念第一遍时，就会在自己的相续中产生愿菩提心的戒体；念第二遍时，就会在自己的相续中产生行菩提心的戒体；念第三遍时，就会把这两个戒体稳住在自己的相续中。然后我们随喜赞叹自己和别人，最后回向，这些都是后行。通过这样的发心仪轨，发菩提心，受菩萨戒。

有的人一说受菩萨戒就害怕，没有事的。菩萨戒有根本戒，也有支分戒。传承里说，最根本的戒是舍弃众生，无论什么时候都不能舍弃众生。舍弃众生的界限是

什么？就是从心里想：我能救度他的时候也不救度他；我能帮助他的时候也不帮助他。对一切众生，或对某个众生有这么个念头的时候，就彻底犯戒了，犯菩萨戒最根本的戒了。那个时候在你的相续中存在的菩提心的戒体就被彻底摧毁了，就消失、没有了。犯支分戒是这个戒体没有被彻底摧毁。

我们都是凡夫，有时候肯定会产生这样的念头，没有事。如果我们犯菩萨戒了，不管犯的是支分戒还是犯的根本戒，通过忏悔可以清净，可以重新受菩萨戒，一样能得到戒体。发心也是，可以重新发。这都没有什么可害怕的，现在一说受菩萨戒就害怕了，“我不行，我不敢受”。怎么不敢受？是不是不愿意当菩萨啊？老说“我不愿发心，我不敢发心”，如果不敢发心，根本进入不了大乘法门，根本修持不了大乘佛法，你也不是大乘修行者。想往生到西方极乐世界，也是不可能的事。

现在很多人都念佛，求往生，但是，如果没有菩提心的基础，没有菩提心的修法，怎么能往生呢？求也没有用，求不到。往生的条件在《阿弥陀经》、《无量寿经》里面都有：第一个要发菩提心；第二个要有足够的资粮；然后念佛才能往生。实际上，如果没有持菩萨戒，只是念佛没有用，所以一定要发菩提心。

我到汉地，发现很多人不明白可以通过发心仪轨直接皈依、发菩提心。有的只皈依，不发菩提心，不敢受菩萨戒。我们天天念的仪轨也是，有的只念一半，不念另一半，只皈依不发菩提心。皈依和发菩提心应该是一起的，应该先皈依、后发菩提心。怎么不发菩提心呢？我们都是求往

生的，都想解脱、成佛，因此一定要通过仪轨发菩提心。我们天天念诵发心仪轨的主要目的也是这个。

有些人说："我还没有受菩萨戒呢"。怎么没有受菩萨戒呢？你不是已经发菩提心了吗？发菩提心和受菩萨戒是一样的，都是通过仪轨发的。如果不通过仪轨发菩提心，发心不能到位，没有用。通过仪轨发菩提心的同时，就已经受菩萨戒了，这是一个意思。这些都没有事，不用害怕，持戒了才有定，有定了才有慧。

持戒不难，持戒不是勉强，是一种自由。你真正能够持戒了，那时你才知道这是享受，不是痛苦。现在很多人都把它当作痛苦，都害怕。这不是你应该害怕的事。你在轮回中感受痛苦以后，还要到恶趣中感受恶趣的痛苦，这些才是你应该害怕的。该害怕的时候不害怕，不该害怕时却害怕，这不是颠倒么？

这都是脱离痛苦的方法，你真正能够持戒了，那个时候才能身心清净；身心清净了，才能快乐、幸福。现在很多人根本不懂真正的幸福在哪里，也不懂真正的快乐是怎么回事。都习惯了天天马马虎虎地过日子，认为这就是幸福。因为自己从来没有快乐过，从来没有真正幸福过，所以不知道持戒是享受。

无论怎样的美味，不吃就不会知道它的味道。同样的道理，不懂才会怀疑。

密勒日巴住在山洞里，不愿意离开，是因为他真正得到快乐，得到幸福了。我们哪有密勒日巴的精神，哪有密勒日巴的境界啊？！密勒日巴在山里没有吃的，吃的都是青草，但是他不愁；没有别的喝的，喝的都是凉

水，但是他没有病。现在的人哪敢啊：“不能喝凉水，喝凉水会有病的。”“怎么喝凉水呢？病了怎么办？”但是密勒日巴喝凉水没有得病，还是心的区别啊！密勒日巴吃的是草，也一样能吃饱；喝的是凉水，也一样能解渴；身上没有穿的衣服，也不用换衣服。不像我们，今天换这个衣服，明天换那个衣服，冬天穿厚的，夏天又换薄的，事儿那么多。密勒日巴冬、夏都没有衣服穿，经常是裸体的。但是他不冷，一样暖和，一样舒服。山洞里什么也没有，连吃饭用的碗都没有，但是他特别快乐、幸福，因为他没有欲望，所以就没有失望；因为他没有盼望，所以就没有绝望。他精神上的享受、内心里的快乐是无比的，是谁也比不了的！他精神上的享受、内心里的快乐是无量无边的，是谁也比不了的！这才是真正的修行者。真正的修行者在哪都一样，怎么都行，我们应该向密勒日巴学习。

但是我们现在都害怕，害怕这，害怕那，害怕冻着，害怕饿着，害怕休息不好，害怕有病，害怕家里有事，害怕老公或者老婆不理自己……在患得患失中，在烦恼中，特别苦，特别累。

不理就不理，都是缘分。有缘分，想躲也躲不开；没缘分，想遇也遇不到；有缘分，想离也离不了；没有缘分，想留也留不住。操心有什么用啊？也解决不了问题。有些人总操心，才二、三十岁，头发就白了，然后总到理发店染头发，多麻烦啊！以后不操心了，头发自然就黑了，就不用染了。

你到藏地看看，那些藏民生活条件特别不好，但他

们从来不操心，也没有白头发，也不需要染头发，他们从来没有见过这些东西。到了六、七十岁，七、八十岁的时候，才有白头发，之前没有。

操心操的多累、多苦啊！但是没有办法。让你放下，你也放不下。不用害怕，放下不是放弃，你从心里放下就行。不要放弃，放弃是罪过。一切随缘，各有各的因果，各有各的缘分，不要勉强、要求别人怎么怎么样，你越要求他，他越不会满你的愿。没有要求，自由自在地过日子，多好啊！

寿命是无常的，死期是不定的，什么时候死，在什么地方死，用什么方式死，谁都不好说。到时候了肯定死，还要求什么呀？死就死呗。趁着死亡没有到来之前，活得轻松一点，自在一点，活一天，快乐一天。临终的时候不后悔就行了，这才是解脱。这样的话，活着能快乐，死了能安心，这才是我们学佛的目的啊！

现在人都害怕，我们这些学佛的人也害怕。有什么可怕的？还是不相信因果，不相信佛法。如果相信佛法，相信上师三宝的力量与功德，相信上师三宝的加持是不可思议的，还有什么可怕的？上师三宝无处不在，无所不能，无所不知，还有什么可烦恼的？还有什么可担心的？还是没有完全放下，还是没有完全把身、口、意交给上师三宝！

如果你真正能把身、口、意三门完全交给上师三宝，所有的事情都有安排，不用你操心。但是都不听，总操心，孩子这样了，家里那样了，工作怎么了？老担心、害怕这些。

一切随缘，操心也没有用，也是白操心，还是解决不了问题。任何事情都不可能通过操心解决。

密勒日巴没有吃的，没有穿的，没有喝的，他不要人来，不要人来看，不要人来问，什么都不要。我们心里也应该这样，有什么可怕的？有病不怕，死了也不怕！

什么叫无畏光明？什么叫无畏智慧？什么叫无畏金刚？我们学佛最后要达到无畏的境界，就是没有恐惧感，没有畏惧感，哪怕是自己一个人，也不害怕，也不孤独。你们习惯了家里有好几个人，自己一个人的时候就感觉特别孤独，特别痛苦。其实一个人挺好的，我习惯了一个人，屋里多几个人，反而不习惯。

就是一种习惯，它本身不是痛苦。我愿意一个人，你愿意好几个人，我们两个境界就不一样。一个人才好。很多人就是想不开，“就剩自己一个人了，感觉特别孤独……”然后就开始哭。我跟她说：“没有事，自由啊。也不用考虑那么多，想吃的时候吃，不想吃的时候不吃。”

我们那边就是，一人有一个小屋，在小屋里自己做饭自己吃，特别自由。有时候不愿意做饭，就不做，直接看书，看完书就睡觉。有时候，没有到吃饭的时候饿了，想做饭了，那个时候就做点，做完就吃，挺好，不用考虑其它的。

如果再有个人就不自由了，因为要考虑他呀！如果他不饿，你饿了怎么办？如果他饿了，你没饿，你不愿意吃，但是你也得做，没办法。他愿意吃，他饿了他想吃，你不愿意也得做，这都是负担啊。

一个人多自在啊！自己愿意在屋里，就在屋里；愿

意出去，就出去逛一逛，也不用问谁，也不用考虑别人，多好啊！我从七岁出家，一直住在山上，一个人习惯了。我现在感到特别舒服、特别快乐幸福。

一定要好好过日子，一定要关爱自己，考虑自己。好好地活着吧，不要活得那么累，活得那么痛苦。这都是自找的，谁让你那么痛苦，谁让你挨累了，谁让你做这些了？谁也没有让你做。谁也没有逼着你承担，逼着你生孩子，逼着你做这些，都是自找的，自己愿意的嘛。既然是这样，那你就好好过日子，好好地抚养孩子，好好地上班、工作。

谁也没有勉强你，这都是自找的，都是自愿的。既然是自己愿意的，还有什么可吵的、可闹的呢？如果不愿意的话，就别做了。“不做我怎么办？不上班我怎么活啊？”我可以保证，你不可能冻死，不可能饿死！实在不行就去街上要饭呗，那有什么呀？不是抢的，也不是偷的，是要的。世间这些人都不懂，看到要饭、讨饭的人都看得特别仔细：“怎么能要饭呢？我宁死也不要饭”，其实这都不是什么问题。

以前释迦牟尼佛在世的时候都到城中化缘，说是化缘，实际上就是讨饭。这都没有什么过失，没有事。不是偷别人的东西，抢别人的东西，也不是拿别人的东西，是要的么。他愿意给就给，不愿意给就不给，这也没有什么罪过。这有什么做不到的？但是凡夫就是凡夫，愚痴、颠倒，通过欺骗手段拿别人的东西、抢别人的东西、偷别人的东西，结果堕落恶趣，感受极大、难忍的痛苦，永远都脱离不了这个痛苦。但是人都不懂，什么是过患，

什么是利，什么是弊？也不会分什么是好，什么是坏？根本不会辨别、选择。

这都是愚痴、颠倒，不要想不开，不要想不通。一个人多好，自己该念的时候念，该坐的时候坐。不愿意坐，也不愿意念的时候就随便。想吃的时候吃，想休息的时候休息，想诵经的时候诵经，愿意做什么就做什么，多自由，多好啊！但是人都放不下。

有家，有有家的烦恼、痛苦；没有家，有没有家的烦恼、痛苦。有财，有有财的烦恼、痛苦；没有财，有没有财的烦恼、痛苦。穷人，有穷人的烦恼、痛苦；富人，有富人的烦恼、痛苦；在家，有在家的烦恼、痛苦，出家有出家的烦恼、痛苦。各有各的烦恼，各有各的痛苦。这些众生多可怜啊！都一样的愚痴、颠倒。

但是谁有那么高的智慧，谁有那么好的精神啊？末法时期，没有办法。我们多有福报啊！得到人身、闻到佛法了，还有这么好的修行机会。如果你不珍惜，天天虚度光阴——让你打坐，也不坐；让你诵经，也不诵，这样不会成就的。

就像刚才说的，菩提心要时时刻刻发，通过仪轨不断地发，总有一天就能发出来。持戒也是，不断地受菩萨戒，总有一天能守住戒。如果受戒了以后又犯戒了，通过忏悔可以清净。所有的业障通过忏悔都能清净，没有不能清净的罪业。

小乘佛法里、显宗里有定业，而且定业无法消除。密宗里没有定业，通过消除业障的方法，尤其是通过金刚萨埵、金刚萨埵百字明修法，能够消除所有的定业。

金刚萨埵是一切诸佛的总体，百字明是一切咒的咒王。观修金刚萨埵佛等于观修所有的本尊、所有的佛菩萨；念诵百字明等于念诵一切咒轮。多好啊！有这么好的缘分，怎么还不珍惜呢？有的人挺好，懂得珍惜，也念，也修；有的人根本不珍惜，不念，不修。这也是福报不同。

不要考虑那么多，各有各的缘分，各有各的根基，各有各的福报。缘分、根基、福报不同，结果也不一样。但既然得到了这么好的法，就一定要珍惜！哪能总有这样的福报呢？很多人都不珍惜，如果不珍惜，这些法再好，对你来说都不会起多大作用，就是信心不同嘛。如果你对它没有信心，它对你就没有加持，实际上也是这样。通过观修金刚萨埵，通过修百字明，所有的业障都能消尽、消除。没有不能消除、不能够消尽的业障，没有定业。这都十分重要！

如果真正能发出来菩提心，如果在我们的相续中真有菩提心了，我们的所作所为就都是为众生的。那时我们的身、口、意都不属于自己，都属于众生，都属于上师三宝了。那时我们可以保护自己的身体，但不是为自己；我们可以保养自己的身体，但也不是为自己；我们可以吃好、穿好、玩好、休息好，但这都不是为自己。因为我们的这些身、口、意已经献给众生、献给上师三宝了，我们就是上师三宝利益众生的工具，我们保护自己的身体，爱护自己的生命，不但不会造业，反而会时刻积福，在极短的时间内，我们就会成佛，就会成就！

今天就讲到这里。祝大家吉祥圆满，扎西德勒！

发菩提心（五）

为修持成佛要发殊胜菩提心！

为度化一切父母众生要发誓修持成佛！

为早日圆成佛道要精进认真闻思修行！

今天要学习的主要内容也是发心——发菩提心。

发心特别重要。你有没有修行，就看你有没有发心。如果你没有真正发心之前，修行非常难，非常不容易；你真正能够发心了，修行就不难了，以后就没有太大的磨难，没有太大的障碍，也没有太多的违缘了，你很快就能成就。关键是发心。

我们现在学习的是发菩提心。菩提心是大乘一切修法的基础。没有发菩提心之前，无论我们修什么法都属于世间法或者小乘法。能够发出来菩提心以后，无论我们修什么法都是大乘佛法，我们也都能成为大乘修行者，没发心之前都不是，所以发心特别重要。

发心是发菩提心。菩提心分两种：胜义菩提心和世俗菩提心。胜义菩提心是通过修行才能获得的，这个先不着急。当前关键的是发世俗菩提心。

世俗菩提心可以分两种：一种是愿菩提心；一种是行菩提心。

愿菩提心是为果而发誓的——为了救度一切众生，度化一切众生而发誓修持成佛；行菩提心是为因而发誓的——为了众生要成佛，为了成佛要发誓、发愿。为了早日成佛，要修行、修持，要学、修这些愿、行菩提心的学处，这个决心就是行菩提心。

胜义菩提心是登地菩萨以上的发心，不是谁都能发出来的，不是谁都能获得的。而世俗菩提心——愿、行菩提心谁都能发出来，所以我们都要发愿、行菩提心，一定要发出来愿、行菩提心。在上师面前或者观想在上师三宝面前，通过仪轨发愿、行菩提心。这些都特别重要。

好好地观察自己的相续：在我们的相续中有没有愿、行菩提心。如果没有的话，修别的法不重要、不着急。首先把菩提心学好，一定要把愿、行菩提心修出来，然后就好办了。要天天发，每时每刻发，别的什么也不学，什么也不修也行，就发菩提心。

我们这些学佛人在学佛修行上的毅力、努力都不足。每个人都好好地反思一下自己，把我们在学佛修行上所付出的，和自己在生活、工作上所付出的，比较一下，就知道我们根本没有学、没有修。我们在学佛修行上的毅力和努力都差得太多了。抓紧时间，精进、认真、老实地学修，才能学出来，才能修出来！轻描淡写地、蜻蜓点水般地修，是修不出来的。一定要竭尽全力、一心一意地修行，才能有成就！

首先，我们要通过仪轨发菩提心、受菩萨戒，然后我们再来学习愿菩提心和行菩提心的学处。

愿菩提心的学处大概有三种：第一、自他平等；第二、自他相换；第三、自轻他重。行菩提心的学处大概分六种，就是我们经常说的六度，即：布施、持戒、忍辱、精进、禅定、智慧。

愿菩提心的学处：第一个是自他平等的修法。一定要把这个学好、修好，要把自己和他人平等地看待、对

待。希望别人怎样，自己也要怎样；希望他人不要那样，自己也不要那样。你不愿意感受痛苦，同样，一切众生、每个众生都不愿意感受痛苦；你希望自己能够幸福、快乐，同样，每个众生都希望自己能够幸福、快乐。所以不管什么时候，我们都一定要考虑到对方，一定要想到对方，不能自私自利。我们不能为了自己的安乐、为了自己的幸福与快乐伤害对方。我们不能让众生痛苦，不能为了自己吃好、穿好、住好而伤害众生。

现在很多人做事不公平，不讲理。现在人都吃肉，没有别的意思，就是为了自己吃得好一点，然后去吃众生的肉，还得吃活的，伤害的是众生鲜活的生命。其实你今天就是不吃那些活的，也不会饿死、病死。有些人还不是特别喜欢吃，不是特别愿意吃，就是为了好玩，拿众生的生命来玩，多愚痴啊！

你看那些众生，苍蝇也好，蚊子也好，鱼也好，乌龟也好，它们现在都打不过你，你可以随便杀害它们，但是将来你要承受这个果报。将来它们都厉害了，那个时候你根本打不过它们。将来它们当人，你转生为苍蝇时，它们就会反过来杀害你，不是杀一次，而是杀五百次！

今天你吃这些活鱼，可以随便吃，它们根本没有反抗的能力。它们不能反抗你，它们不愿意被吃，但也没有办法。在你的权力下它们就得死，就得丢掉自己的命。但是以后你投生为鱼，你杀害的鱼投生为人，它们就会杀害你，那个时候你没有反抗的能力，在它们的势力下你也得死，还不是死一次，是死五百次。这是杀生的等流果。

还有杀生的异熟果，就是下地狱、投生到恶趣，承

受地狱、恶趣的痛苦，然后很难出来。最后即使出来了，投生为人的时候还要还命，要还五百条！

所以我们一定要考虑那些众生，谁不怕死啊？当我们遇到命难的时候，可以拿出一切财产来挽救自己的生命。那些众生也一样，对它们来说，它们的生命也同样珍贵。你的生命对你来说有多么珍贵，有多么重要，那些鱼、虾等众生，它们的生命对它们来说也同样的珍贵、同样的重要。你那么轻易地杀害它们的生命，多不公平，多不讲理啊！你和它们之间没有什么仇，也没有什么恨，就那么无缘无故地杀害它们，无缘无故地伤害它们，那个时候它们怎么能不怨你，怎么能不恨你呢？

我们不能这样，只是为了自己能穿得好一点，吃得好一点，住得好一点，然后去伤害众生，伤害他人，不能这样。你不愿意感受痛苦，不愿意死，他人也一样不愿意；你不愿意听这些不好听的话，他也一样不爱听。怎么就不考虑这些呢？光考虑自己，不考虑他人；光知道自己的感受，不知道别人的感受。在家里也是，天天吵吵闹闹，你挑他的理，他挑你的理。你不愿意听这些话，他也一样不愿意听这些话；你不愿意做这些事，他也一样不愿意做这些事。你自己不愿意做，就让他做，这多不公平啊！他也有烦恼，也有痛苦，怎么不考虑他的感受呢？你希望别人怎样，你自己就应该怎样。你一定要考虑到对方，不能恼害众生，不能伤害众生。

这就是愿菩提心的第一个学处——自他平等。自己和他人要平等地看待。所以不能恼害他人，一定要帮助别人、照顾别人、尊重别人。一定要讲理，一定要做公

平的事。我们就是为了吃得好一点，别的也没有什么。不能拿众生的生命来换自己的生命，还没到那个时候，如果到那个时候了，才可以。

我们都是要当菩萨的人，不能拿别人的生命来换自己的生命。一般的来说，在紧要关头的时候，拿别人的生命来换自己的生命还行，但问题不是这样，很多人是拿别人的生命来玩、来耍。我们不能这样做，不能做这些事情，一定要善待众生，一定要把一切众生和自己一样平等地对待、看待，不能自私，不能自利。

蚊子叮我们的痛苦算什么呀？算不了什么。你打它的时候，它失去的是自己的生命，它的那种恐惧、恐怖，那才是最痛苦的啊！蚊子叮我们的时候，我们连那个痛苦都承受不了，一下子就把它打死了，那个时候它怎么办啊？你还不知道死的滋味，还不知道死的痛苦啊！其实你曾经经过这样的死，以前死过很多次，只不过现在忘了，所以现在不知道这个滋味了。如果现在不知道，可以试一试，把自己放在它那个位置，然后感受一下死的滋味。

蚊子叮我们一下，喝一口我们的血，其实它吃不了多少，也喝不了多少。那有什么呀，有什么忍不住的，有什么承担不起的呀？！你打它一下，它的命一下子就没了，那个时候它怎么办？他咬你一口，只是一顿饭；你打它一下，是一条命。一顿饭和一条命能换得了吗？这叫公平，叫讲理吗？还一点点不在乎，还认为是应该的。什么是应该的？那是一条命啊！总有一天让你看看是不是应该的。真的，你一定会承受这个苦报，一定要

还五百条生命，一定要堕落恶趣、下地狱，感受恶趣、地狱的痛苦。

现在我们都不相信轮回，一说轮回的痛苦，一说恶趣的痛苦，都不相信；一说别造业，不能杀生，不然会下地狱，感受地狱的痛苦，都不在乎，还不相信。因为自己没有亲眼看见，没有亲耳听见，没有亲身感受，感觉不到，所以就不相信。佛说得明明白白、清清楚楚，但我们都不相信，还继续造业。如果真相信的话，还敢造业，还敢做这些事啊？

我们学佛太虚伪了，修行太虚伪了，真的。到现在我们学到了什么，修到了什么？什么都没学到，还自认为自己在学佛、修行，还要求："我怎么还不好呢，我的身体怎么还不好呢，我的家庭怎么还不好呢，我的工作怎么还不好呢？"能好吗？你打着佛的旗号，到处造业，丢佛的脸，成为佛家的油子了！因为自己的所作所为让很多众生对佛法有看法，让很多众生对佛教有误解，这不都是你造成的吗？！

你想解脱、想成佛，首先得做菩萨，然后再做佛。到处伤害众生，总是恼害众生，一点点也不在乎，一点点也不考虑对方，我们连菩萨都没有做到，怎么做佛啊？

学习、修持大乘佛法，就是学着当菩萨。修大乘佛法，就是亲自去做菩萨！能不能做到？如果能做到就修成了，如果没有做到还是没有修成。没有做到菩萨，就没有修大乘佛法；没有做到佛，就不会取得大乘佛法的成就。

但是现在是末法时期，没办法，人都那么虚伪。还说："我是修某法门的，我是某法王、大活佛、大法师

的弟子。”是又怎么了？你像他的弟子吗？这不是丢他们的脸吗？自己不会做人，也不会做菩萨，还说：“我是修大圆满法的”、“我是修大中观的”、“我是修大手印的”、“我是修净宗、禅宗的”……你看自己像修净宗、修禅宗、修密宗的人吗？你应该给上师三宝脸上贴金，不应该丢脸。但你就这样无明，到处丢脸，末法时期的众生，没办法。

这是讲自己与众生平等，我们要自他平等地对待众生，这些都特别重要啊，一定要做到自他平等。

第二个学处是自他相换。就是自己感受痛苦的时候，自己遇到艰难困苦的时候，愿意为所有的众生承受痛苦。比如说：我们有病了，要在心里这样想：在这个世界上，有很多很多众生像我这样，在感受这些痛苦，我愿意为所有的众生承受这些痛苦，愿意替众生受累，要有这个心！

在自己感受幸福、快乐的时候，要把自己的幸福、快乐都施给众生、施给他人。那个时候不能有傲慢和嫉妒心，一定要把自己的顺利、幸福和快乐等等所有这些受用、所有的好处都施给众生。愿众生都能够同样感受这些幸福、快乐，愿他人也能够同样感受这些幸福、快乐。

比如看见众生正在受苦的时候，要在心里观想：自己在呼气的时候呼出白色的气，白色的气代表自己的健康、长寿、受用、善根等所有的好处和福报，全部施给他人。吸气的时候吸进来黑色的气，黑色的气代表他人的痛苦、疾病、不好的东西。将他人这些不好的东西全部吸到自己的相续中，由自己替他人承担。

也可以心里观想：在自己的面前有很多很多众生，或者观想一个众生也行。自己通过呼气，将自己的这些好处、受用和善根，都施给众生；吸气的时候，将众生所有的艰难困苦，将他的痛苦和不好的东西全都吸到自己的体内，由自己替众生承担。

当自己看见别人幸福、快乐的时候，愿他永远那么幸福、那么快乐。观想把自己的幸福、快乐都布施给他，以增加他的幸福快乐；当看见别人在感受痛苦的时候，愿他所有的痛苦都放到自己的身上，由自己一个人来承担。自他相换，自己和他人互换角度、互换位置。一切都是心的作用，在心里应该这么想。

第三个、自轻他重。就是任何时候，一点点也不考虑自己，一点点也不在乎自己，而是全力以赴、一心一意地，完全为了众生的快乐、众生的幸福。哪怕自己堕落地狱，承受地狱的痛苦，也心甘情愿。发这样的心，这才是自轻他重的修法。那个时候你会把自己看得特别轻，把他人看得特别重。

但是现在好多人恰恰相反。当然有的人肯定修得好，我们这里肯定也有很多大德高僧，有很多大成就者，这都不用说了。我说的是我们这些凡夫俗子们是这样——把自己看得特别重，把他人看得特别轻。修习自轻他重修法的时候，我们一定要相反。那个时候一定要把自己看得特别轻，把别人看得特别重。为了他人能够快乐，为了他人能够幸福，为了他人得到安乐，为了他人得到解脱，自己愿意感受痛苦、承担痛苦，承受艰难险阻，自己愿意堕落恶趣感受恶趣的痛苦，愿意堕落地狱感受

地狱的痛苦。

我们看地藏王菩萨的愿力多大啊！地藏王菩萨为了众生下地狱，在地狱里救度众生，都不怕。我们应该也发这样的愿、发这样的心：为了众生的安乐，我们堕落地狱承受地狱的痛苦也不怕，也心甘情愿！这样的心，才是自轻他重的修法。

我们有了自轻他重的修法，那个时候还有什么做不到的，还有什么可担心的，还有什么可怕的？

我们现在都特别自私，为了自己短暂的生命，为了自己小小的家，为了自己，特别忙碌的生活，天天吵闹，天天操心，天天为这些奔忙。根本不考虑、也不管其他众生。我上次也说过，我们现在目光特别短浅——只考虑暂时，不考虑生生世世；心胸特别狭窄——只为自己，不为他人，只管自己，不管别人。所以活得特别累，活得特别苦。

现在都知道了吧，都感觉到了吧？活得累，活得痛苦，原因就是我们自私自利，不管众生，不考虑众生，不看生生世世的事，只看今生今世的事。

发财，解决不了这个问题；再大的权力、势力，也解决不了这个问题，也许那个时候你活得更累、更痛苦了。

现在人都希望自己发财，拼命地去发财。但是，如果你真正发财了，痛苦会越来越大了，烦恼会越来越多了，会活得更累、更痛苦了。所以发财不是解决问题的方法。

解决问题的最好方法就是修持佛法。我们一定要为众生着想，一定要承办众生的利益。统统地把这个“我”忘掉，统统地把这些自私自利、自爱心去掉、磨

掉。那时我们才能活得轻松，活得自在，才能幸福、快乐，之前是不可能的事。

我们真的想解脱、想成佛，真的希望自己能够快乐、能够幸福的话，就要好好地学佛修行，这是唯一的方法。只有解脱了、成佛了，才能没有烦恼，没有痛苦。之前都有烦恼、都有痛苦。穷人有穷人的烦恼，富人有富人的烦恼；贵人有贵人的烦恼，贱人有贱人的烦恼；出家人有出家人的烦恼，在家人有在家人的烦恼。每个人站在不同的角度，都在感受不同的痛苦。痛苦、烦恼虽然不一样，但是感受都一样。

一定要好好地学佛，好好地修行，这是我们唯一的依靠，唯一的方法。学佛不能虚伪，修行不能虚伪。一定要认认真真地学，老老实实地修。只要你认认真真地学习佛法，老老实实地修习佛法，就一定能解脱，一定能成佛，不会有问题，这是保证！

但是现在我们学佛的精进还是不够。我们学了什么，修了什么啊？连一天一两个小时，很多人都做不到。有的人虽然也做了，但是也不用心，心里想的都是别的，心和口一点也不相应，这样我们能修成吗？无论是你念佛的时候，诵经的时候，持咒的时候，还是做课的时候，心和口一定要相应。你的心和口一定要相应，一定要和佛法、和上师三宝感应道交啊！和上师三宝没有感应道交，你不是白修、白念吗？这样天天念，又有什么用呢？

刚开始念诵的时候，时间短一点也行，在极短的时间里要认认真真地、一心一意地念，一定要把其它的念头放下。我们的那些念诵，都有意义，都有含义啊！每

个字都有它的含义，每个词都有它的意义。我们怎么不考虑它的含义、它的意义呢？

“人身难得今已得，佛法难闻今已闻。”如果我们不珍惜这个人身，不珍惜这个缘分的话，有一天我们肯定后悔莫及！但是到那时已经来不及了，后悔也没有用。所以一定要相信上师三宝，好好学佛、修行。

我们天天说要信佛、要相信上师三宝的意思是：上师三宝指导你，给你指出这条解脱的路，你要相信，要抓紧时间，认认真真、老老实实地学佛修行。这样，你一定能解脱，一定能成佛，到时候肯定不会后悔，肯定会轻松、自在的。

别看别人，就看自己；别管别人，就管自己。自己学好、做好、修好就行了。自己没有做好，没有修好，还说别人，这都不如法。先把自己做好了，再说别人，连自己都没有做好，你怎么还说别人呢？一定要对自己严格要求——好好地管自己，认认真真地学，老老实实地修，这都特别特别重要啊，真的！我们一定要发心——发菩提心。光说没有用，首先一定要在心里下决心：为救度众生要发誓修持成佛，其次还要在实际行动上发，在实际当中做到愿、行菩提心的学处，做到心和行为相应。一步一步地做，一步一步地发心。不发心，光说有什么用，光知道有什么用，光明白有什么用啊？要修，要炼，通过修、炼才能做到，才能得到，之前是不可能的事。

今天就讲到这里。祝大家吉祥圆满，扎西德勒！

发菩提心（六）

为修持成佛要发殊胜菩提心！

为度化一切父母众生要发誓修持成佛！

为早日圆成佛道要精进认真闻思修行！

我们今天要学习的主要内容还是发心——发菩提心。菩提心有胜义菩提心和世俗菩提心两种。我们现在要发的心是世俗菩提心。世俗菩提心也有两种：一种是愿菩提心，一种是行菩提心。愿菩提心就是“为度化一切父母众生要发誓修持成佛”；行菩提心就是“为早日圆成佛道要精进认真闻思修行”。我们一定要发这两个心。不用发胜义菩提心，我们可以通过修行的威力与力量，最后就能获得胜义菩提心。

现在我们无论修什么法，都需要三个殊胜的摄持，否则，永远达不到目的，达不到圆满，永远不能成就。比如我们仅仅念一句“阿弥陀佛”，也要有前行发心殊胜、正行无缘殊胜、后行回向殊胜，这三个殊胜的摄持。

“前行发心殊胜”就是发菩提心——发愿菩提心和行菩提心，这两个是必不可少的。如果没有这个前行的修法，我们学佛、念佛都不能成为解脱、成佛的因缘；所做的功德、福德也不能成为无上菩提的因缘。这两个世俗菩提心谁都要发，必须天天发！如果不修持大乘佛法，就不说这些了；如果想修持大乘佛法，就必须要发愿、行菩提心。

我们发愿菩提心、行菩提心了，然后就要学习愿、行菩提心的学处。愿菩提心的学处就是自他平等、自他

相换、自轻他重的修法。行菩提心的学处是：布施、持戒、安忍、精进、禅定、智慧。就是我们经常说的六度。

六度第一个是布施。布施有财布施、法布施、无畏布施。财布施有普通财布施、广大财布施、极大财布施。

普通财布施是拿一般的食物、财物、财产，比如吃的、喝的、用的等东西来做布施。

广大财布施是把自己最珍爱的人或最珍贵稀有的财产、财物来做布施。以前那些佛菩萨的传记中也有这样的记载：在众生需要自己儿女的时候，能拿这些做布施；众生需要自己的爱人、妻子的时候，能把这些施舍给众生。把自己珍贵稀有的东西，在他人需要的时候能拿出来施给众生，这是广大财布施。

极大的布施就是能将自己的身体和生命做布施。比如别人需要自己的眼睛的时候，能将它布施给众生。以前，佛菩萨，还有很多人都做过这样的布施，我们也要学习这些做法。为了众生的安乐，为了众生能满意，能够舍得拿出自己的生命，来满足他人，这都是极大布施。这些都属于是财布施。

财布施也特别重要。有财布施了，才能获得财富，才能财源广进。有的人为了发财，为了挣钱，努力奋斗，付出的一切犹如大海、大山，还不如做一刹那微小的布施。但人都没有智慧，不懂这些。

有人说："我不能做布施，因为家里没有条件。"怎么没有条件呢？一滴水、一粒米也可以做布施，也有不可思议的功德，也能获得不可思议的福德。自己拥有的财力、智慧、知识，也都可以做布施。

布施一滴水、一粒米，谁没有这个条件，谁没有这个能力？是不会做，还是不愿意做？如果你真愿意做，如果你真相信佛说的这些话："布施一粒米也有不可思议的功德，也能获得不可思议的福德。"你为什么不做呢？为了挣钱，天天东奔西走，操这个心，操那个心，还是发不了财、挣不到钱。为什么不做布施呢？哪怕拿出一毛钱、一块钱做布施，做供养也行。现在谁拿不出来一毛钱、一块钱？但是都不做，都不会做，还拼命地想发财，这都不是最好的方法。

法布施。法布施是说如果你有转法轮、讲经说法的能力，就把这个能力布施给众生，用佛法的光明照亮整个世界，消除众生心灵上的黑暗。如果你现在没有这个能力，就好好地闻思修行，把所做的功德回向给一切众生，愿一切众生都早日学佛修行，早日能够解脱成佛，这也属于法布施。

发好心，平时诵经、念咒、念佛号给能够听见的众生，在他们的相续中播下解脱的种子，种下善根，这都属于法布施。这样做对自己有好处，对其他众生也有好处。比如说家里来了很多蟑螂、苍蝇、蚊子，你不要总想杀害它们、赶走它们，不要讨厌、反感它们。应该给它们诵经、念咒、念佛号，然后发愿：愿在它们的相续中，能够早日生起慈悲心和菩提心，能够早日解脱。它们也是众生，也有灵性，也能感觉得到。那个时候，它们自然而然会慢慢离开你，不会伤害你，不会找你麻烦的。

别的时候也是，我们对自己能够看见、听见、想到的众生，尤其是那些可怜的众生，不应该有贪心、嗔恨

心、愚痴心、嫉妒心或者是傲慢心，应该给他们发一个好心。出声诵经、念咒、念佛号也行，如果出声念不方便，心里默念也行。然后心里发愿：愿他们能早日信佛、早日修行、早日解脱、早日成佛，愿在他们的相续中也能早日生起慈悲心、菩提心。这种方法特别管用，一定能感化他们！真的，这么做对自己也有好处，能培养自己的慈悲心、菩提心；能增长自己的福报、智慧。

法布施能让人聪明。如果你做法布施了，你会越来越聪明，越来越有智慧。这样对自己有好处，对众生也有好处。有人怀疑："我心里那么想，那么默默地念，默默地发心、发愿，对他们能有好处、能有帮助吗？"有！这是不可思议的！你念、发好心的时候，就能在他们的相续中播下解脱的种子。我说过，在因地修行的过程中，跟每个众生都要结善缘，不能结恶缘。否则，即使我们成就、成佛了，他们也会给我们造成障碍。释迦牟尼佛已经断证圆满、成佛了，提婆达多还给佛制造了很多的违缘与障碍，这都跟因果有关系。

其实，我们在表面上、形式上看到的是提婆达多给佛造成了障碍与违缘，但是佛已经解脱了，实际上没有这些障碍与违缘。这些对佛来说无所谓。

我们现在是发菩提心，行菩萨道，在学佛修行的时候，很多人还没有成就，没有成佛。现在是因地，这时候我们不能跟众生结恶缘，要跟每个众生结善缘。你要发心——发好心、发好愿。这都管用，特别有好处。你暂时好像救度不了他们，帮不了他们什么忙，但慢慢地你就能帮助、救度他们了。现在给他们种下善根，播下

解脱的种子，以后你成佛了，他们就能成为你的眷属，成为你的弟子，跟你学，跟你修。

我们现在都在释迦牟尼佛的教法下修学，通过释迦牟尼佛的教导都能解脱、成佛，这都是因为我们以前跟释迦牟尼佛结过善缘。所以我们现在才有这个机会与缘分。

所以不管什么时候，不管对什么样的众生，我们都一定要结善缘，不能结恶缘，不能对众生有贪嗔痴慢疑这些烦恼。如果有这些烦恼，尽管表面上看没有做什么，但是因为已经有了这些起心动念，我们就等于造恶业了，就等于跟他们结恶缘了。

善缘也是一样。我们在不贪、不嗔恨、不愚痴的状态下发好心、发好愿，才能跟他们结上善缘，将来就一定能够度化他们。修行就要这么修，不能有“算了吧”、“能管用吗？”这些想法，一定要精进，一定要认认真真，一定要尽心尽力，这都非常非常重要啊！

如果你有讲经说法的能力，就一定要把这个能力布施给众生。如果你没有这个能力，就一定要为众生好好地闻思修行，平时念佛号、诵经、持咒给众生听，然后发愿，功德回向给他们。这就是法布施。

我们现在一有对境了，贪心就上来了，对众生生起了贪心，这是结恶缘；一有对境了，嗔恨心上来了，就恨他们、怨他们，这也是结恶缘；在愚痴的状态中接触的那些人、处理的那些事，都是恶缘、恶事啊。这都特别重要！

善恶完全都在心里，不在表面上、形式上。形式上好，不一定是好；形式上不好，不一定是不好。一切都

看心——看发心，看动机。是做善事还是做恶事，结善缘还是结恶缘，完全把握在自己的手里。这很简单、很容易啊！

一定要珍惜、把握住这个机会，发好心、发好愿。如果没有贪嗔痴慢疑这些烦恼，在不贪、不嗔恨、不愚痴的状态中，一样可以接待人、处理事；一样可以生活、工作；一样可以结婚、成家、生孩子，没有事！关键是心。

对家里人，对自己的儿女，不要老是“我、我、我”的，为了“我”去关心、照顾、尊重他们。你要把他们都当作跟自己最有缘分的众生。照顾他们、关心他们、尊重他们的时候，把他们当作最需要你的众生。站在这个角度，去对待他们，不会有罪过，不会造恶业。这样你们之间肯定能结上好缘、结上善缘，这样你今生的日子也肯定会越来越美满，以后也能了这些恶缘，一切都将是善缘了，这都是解脱！

今天你骂他了，结上恶缘了；明天他骂你了，对你来说是报应，对他来说又结恶缘了；然后后天你又骂他……今生你伤害他，来世他就伤害你；今年你欺骗他了，明年他就欺骗你。结恶缘就有恶报，结善缘就有善报。恶有恶报，善有善报。这是丝毫不差的！一定会报，因果一点也不会浪费，不会有差错的。这都是因果，轮回就是这么轮的。不相信就等着瞧、走着瞧吧。

布施，要从心里做。因为我们都有吝啬心，都有贪心，所以发不了财；因为我们没有智慧，所以短命多病。这都是因为我们的吝啬心、贪心造成的，所以一定要布施。修习布施的重要目的，就是断除贪心，断除吝啬心。

布施和布施波罗蜜是不一样的，只做布施，不是波罗蜜。做布施的时候，一定要用三轮体空的智慧来摄持，站在三轮体空的角度来做布施，这才是布施波罗蜜。什么是三轮体空？做布施的人，也就是自己、所布施的东西、做布施的对境，这是三轮，三轮的本体都是空的。你一定要相信，要认识这个道理，要站在这个角度做布施。

体空是什么？就是没有实相，没有实体，没有真相，都是假相，都是假的，都是空性的。有证悟三轮体空的智慧，在证悟三轮体空的智慧的摄持下，才是真正的波罗蜜，这叫布施波罗蜜。这是六度第一个——布施。

六度第二个就是持戒。持戒分三种：断恶行戒、行善法戒、饶益有情戒。

断恶行戒，是要断除恶业，不能做恶业：不能杀生，不能偷盗，不能邪淫，不能妄语，不能绮语，不能恶语，不能挑拨离间，不能有贪心，不能有害心，不能有邪见。要从心里想：从今以后，纵遇命难，我也不杀害众生的生命；从今以后，纵遇命难，我也不偷别人的东西——不属于自己的东西，不归自己；从今以后，纵遇命难，也不邪淫……十种恶业都要这么下决心、做决定，断除十种恶业的十种决心叫断恶行戒。

行善法戒是不杀生、爱护自他的生命，这是行善。不能自杀，自杀也是杀生，是杀人。不偷盗，断除不予取，行持布施；不邪淫，断除邪淫，护持戒律；不妄语，断除妄语，说谛实话，说实在话；不两舌，不说离间语，化解别人的怨恨；不恶语，说悦耳语，说好听的话；不绮语，精进念诵；不起贪心，断除贪心，当持舍心；不

起害心，断除害心，饶益众生，修饶益心；不起邪见，断除邪见，当立正见。这是行善戒。

饶益有情戒，就是竭尽全力、全力以赴地饶益众生，不自私，不自利，完全是为他人着想，为他人考虑；竭尽全力、尽心尽力地帮助别人、尊重别人、关心别人，这都是为众生。

持戒和持戒波罗蜜是不同的，只是持戒，还不是波罗蜜。持戒的时候，一定要用三轮体空的智慧来摄持，站在三轮体空的角度来持戒，这才是持戒波罗蜜。什么是三轮体空？持戒的人，也就是自己、持戒的过程、持戒的对境，这是三轮，三轮的本体都是空的。

我们做布施的时候，饶益有情众生的时候，不能有要求。如果有要求、有条件的话，就不是菩萨心，也不是修菩萨行，不是菩萨的学处。

我们做布施的时候，饶益有情众生的时候，不能要求回报。如果要求回报，还不是真正的布施，不是真正的饶益众生，也不是真正的菩萨心、菩萨行。所以布施不能有要求，不能有条件，不能要回报。

照顾家人，帮助朋友，要把他们都当作与自己最有缘分的、最需要你的众生，然后去照顾、尊重、关心、爱护他们。这都没有罪过，甚至有功德，能得到福德，一定会有好的因果报应。如果对家人有贪心，那就跟他们结恶缘了。现在大部分的父母与子女都是讨债、还债的，大部分的夫妻都是报怨的，这些都是不好的因果。我们以后不能再结这些恶缘，不能再结这些恶果。一定要跟家人结善缘，把这些不好的因缘都了了，这样，我

们以后的日子就好过了，家庭会越来越美满，生活会越来越吉祥，工作也会越来越顺利。那时上师三宝也会加持你，护法也会帮助你，还怕什么呀？我们还有什么可难的，有什么可烦恼、有什么可痛苦的呢？真的，那时我们一定会解脱，一定会有真正的快乐与幸福，这都特别特别重要。

学佛修行了，你一样可以过日子。我说过，没有事，也不是学佛了就不让你结婚，也不是学佛了就不让你生孩子，也不是学佛了就不让你上班、工作。学佛、修行都不耽误你的生活，也不耽误你的工作，一点点也不耽误。如果你学佛、修行了，影响、耽误了你的工作与生活，你还是不会学佛，还是不会修行。你还需要精进努力啊！如果真正会学佛，真正有修行的话，你所有的一切都会越来越好。真的，我们学佛的目的是什么？这个你要清楚。学佛的目的，不是让你痛苦，不是让你受苦，也不是让你受累。

佛法是脱离痛苦的方法，是轻松自在的活法。有了这个活法，你才能活得轻松、自在；有了这个活法，你才能顺利，才能身体健康、生活美满。我们学佛的目的、修行的结果，就是要心想事成、万事如意、吉祥圆满！

如果我们学佛了、修行了，结果却受累、受苦，烦恼痛苦了，肯定是学错了，肯定修偏了。

佛菩萨那么慈悲，不可能让你受累、受罪，不可能让你烦恼、痛苦。佛法是断除烦恼、脱离痛苦的方法。如果越学越烦恼、越痛苦的话，没有别的理由，就是学偏了、修偏了。

修行应该越修越清醒、越修越自在、越修越轻松。越修越不自在、不轻松，越修越烦恼、痛苦，这就说明了你肯定没有修行，说明了你没有佛法，没有上师三宝。就是学佛修行不如法！

真的，我们都要好好地反思自己，有的人还不知道自己是这种情况，还找别的理由。好好地学，好好地修，解脱不难，成佛不难。不管修净土、修密宗，还是修禅宗，都需要这些基础、前提的修法。一定要懂得这个道理。

你们这些人跟我们那边的人不一样，你们都有文化，都非常聪明，一定要把这些文化、聪明用在正事上，不要用在没有意义的闲事、琐事上。不要用自己的文化、技术、知识来发财、造业。如果都用在学佛、修行的正事上，很快就能学会，很快就能修成。有些人说："我已经学佛好几年了，怎么还没有成就呢？"因为你没有完整的方法。

想学会、想成就，要有完整的方法，要有传承、窍诀。否则再聪明也不能修成，也不能学会，佛法不是这么学的。佛法的教育和其他的教育有很大的区别，佛法的学习是用恭敬心、信心进行的。如果没有恭敬心、没有信心，修习佛法不可能有收获，这都特别特别重要。

现在很多人都学佛、修行，也特别精进，但是学修的方法不完整、不圆满，结果没有得到成就。你们现在有方法了，会修持了，但是精进不够、努力不够。我们为了生活那么努力、奋斗，经历了那么多，付出了那么多，把这些精力都用在学佛、修行上了吗？都用在解脱、成佛上了吗？我们都要反思自己。

我天天说，如果你是渴望解脱、渴望成佛的人，一定要把学佛、修行、解脱的事情放在最重要的位子上，但我们还是没有做到。华智仁波切说“偶尔性的修行”、“空闲性的修行”是什么意思？就是偶尔地修一修，偶尔地念一念，偶尔地坐一坐，偶尔地参加、参加，平时就忘了。“空闲性”就是空闲了，没有事干了，念一念、学一学，参加、参加。这都不是真正的修行，这都不是真正的学佛，这样不可能解脱，不可能成佛。

一定要持之以恒，一定要尽心尽力，我们要全力以赴地学佛修行，不能放松。哪有什么事比修行还重要？你到底是不是想解脱的人？你得好好地问一问自己。如果你是个真正渴望解脱的人，为什么不精进？为什么不尽心尽力，为什么把修行忘了呢？ “我想解脱”、“我想往生”、“我想成佛”，这都是假话，不是真话！如果你真那么想的话，还能懈怠、懒惰吗？还能将修行的事一拖再拖吗？不可能！哪有时间做那些没有用的事情呢？肯定会抓紧时间的。

你看看自己，为了解脱，为了成佛，做过什么呀？跟你忙世间的琐事相比，差得很远、很远。根本没有学、没有修。还说“我怎么还不好呢？”你能好吗？不仅不好，还继续造业，甚至拿佛法来造业，后果就更惨了。

你们都有文化基础，都聪明。如果你们都认认真真地学了，一定能学会；如果都老老实实地修了，一定能修成，一定能成就，保证能！但是都不认真，不持之以恒，总是在荒废宝贵的人身。

我说过，我们的修行也是一场战争。在这个过程中，

有胜利的时候，也肯定有失败的时候。但是不要放弃，不要退缩，坚持下去，一定会胜利。我们学佛的过程，就像是坐长途客车旅行，肯定有时候要翻山，有时候要过河，但这都不是什么问题，坚持下去，一定能到达目的地。

我们在学佛的过程中，有时候肯定感觉好，有好的征相；有时候肯定感觉不好，有不好的征相。这都是心的作用，不要在乎，不要害怕，不要担心。坚持下去，一定能成功，一定能成就，这是肯定的！一个道理——不经历风雨怎么能见彩虹？不经过磨砺怎么能成就呢？没有什么，这都是好事，没有坏事。到处都是好处，所有的事都是好事，所有的人都是好人。到那时，你才证悟，才开悟了。这个好，那个坏；这个地方好，那个地方不好；这个事好，那个事不好。还是有分别心，还是不够圆满。慢慢来，一切都会好的。要对上师三宝有信心，对自己有信心，这是特别重要的。

今天就讲到这里。祝大家吉祥圆满，扎西德勒！

发菩提心（七）

为修持成佛要发殊胜菩提心！

为度化一切父母众生要发誓修持成佛！

为早日圆成佛道要精进认真闻思修行！

今天我们要学习的主要内容也是发心——发菩提心。菩提心有两种：胜义菩提心和世俗菩提心。胜义菩提心，是登地以上菩萨的发心，世俗菩提心是登地以下菩萨的发心。

我们现在要发的心是世俗菩提心。世俗菩提心也分

两种：一种是愿菩提心；一种是行菩提心。我们一定要发这两种世俗菩提心，发这两个愿。

愿菩提心是从内心里发誓、发愿："为了度化一切父母众生我要成佛"！这里具足了两个条件：第一个条件就是："为度化一切众生"。是为一切众生，不是为自己，不是为某某众生，也不是为了几个众生，这个时候没有"我"；第二个条件是："我要成佛"这个决心。这两个条件都具备的发心，才是愿菩提心，如果缺了其中的一个条件，也不能成为愿菩提心。

现在有的人说"上师讲得太详细、太多了，这都是理论上的东西，没有必要。"这不是理论上的东西，我们都是实修者，这些是实修必不可少的条件与内容。《普贤上师言教》里讲的这些道理，都是为了我们这些实修者、这些实实在在修行的人。理论上的东西有很多，我们学不完，也学不了，也不学那些。但是我们不能不学、不修《普贤上师言教》里讲的这些道理。

华智仁波切著的书有很多，《大圆满前行引导文——普贤上师言教》就是实修者真正修行时需要的东西，不多也不少，有这些就可以了，如果没有这些，就不能解脱，不能成佛，怎么努力也不可能。

菩提心有很多分类，从本体的角度来分，可以分两种：一种是胜义菩提心；一种是世俗菩提心。怎么才能得到世俗菩提心和胜义菩提心，怎么发愿、行菩提心，大家一定要记住。如果记不住，一定要反复看书、反复听光盘，然后反复思维。

很多人都会说菩提心，都会说要发菩提心，但是都

不会这些详细的内容。我们能参加百日共修，能有这么好的缘分和机会，一定要珍惜，一定要在这次学会发心，一定要从内心里把慈悲心发出来，把菩提心发出来，否则以后就难了。

胜义菩提心是登地以上菩萨的发心，是通过修行的威力而获得的。我们先不着急发胜义菩提心，好好学、修愿、行菩提心，以后都能得到胜义菩提心。不发愿、行菩提心，想修持大圆满法是不可能的。

从内心里发誓、发愿："为度化一切众生我要成佛"、"为了早日成佛我要精进认真闻思修行"这两个决心，叫愿菩提心和行菩提心。然后还要学修愿、行菩提心的学处。

愿菩提心的学处是自他平等、自他相换、自轻他重的修法。

行菩提心的学处是六度波罗蜜，即布施、持戒、忍辱、精进、禅定、智慧。

昨天我们讲了布施波罗蜜、持戒波罗蜜，今天讲忍辱波罗蜜。

忍辱波罗蜜也分三种：第一、他人邪行之安忍；第二、求法苦行之安忍；第三、不畏甚深法义之安忍。

第一、他人邪行之安忍。别人骂你，打你，诋毁你，欺负你，伤害你，说你的缺点、毛病的时候，你不能用相同的方式反击，甚至心里不能有一丝一毫的嗔恨心、怨恨心。如果，虽然你在表面上没有反应，但是心里还有怨恨的话，还是没有修好忍辱。应该心里不埋怨、不嗔恨，迫不急待地接受他人的殴打，心甘情愿地承担他人对自己的伤害。

我们这些凡夫没有智慧，这样做，看起来好像很不好、很不应该、很过分，实际上不是这样。他欺骗你，殴打你，伤害你，是帮你消业、积福。如果你有智慧，有修行，就会知道，这是一个最好的对境、最好的机会。你能够心甘情愿地承担、承受，就是修持忍辱，能增加你的智慧，能积累你的福报。

你能够忍辱了，心没随着动，心里没有怨，没有恨，这个功德不可思议。修忍辱非常难，尤其是在对境当中修，很难，很难。如果你真正能够修成了，能够修好了，这个功德不可思议啊！

如果他人无缘无故地打你、骂你、欺骗你、伤害你，还是有因缘的。这是自己往昔曾经造的恶业，因为往昔我们肯定这样打过他、骂过他、欺骗过他、伤害过他，今生他就找你来了。这是你往昔种的因，今生结的果。你应该承受、承担，忍、让都是应该的。如果还继续怨恨、伤害，又种恶因了，以后还要感受这样的果报。如果你这次忍了、让了，这个缘就了了，以后就不用再遭受别人的欺骗、伤害、殴打和批评了。这是还债的机会。

一切都是因业力所现，因业力所感，都是自己造的业，都是报应，我们应该承受、承担、接受。不应该反击，更不应该继续怨、恨。

我们都有业障，他们这样做，是在帮我们消业、积福。如果我们没有这样的对境与机会，怎么修忍辱？不修忍辱波罗蜜，我们怎么能增加智慧，怎么能成佛呢？我们的敌人、仇人，他们能看出来，甚至还能说出来我们的缺点、毛病。通过他们的批评，我们知道自己有这

些缺点、毛病后，我们肯定会改。知道了自己的毛病，就是觉；改正了自己的毛病，就是解脱，多好啊！如果我们有智慧，就会认识到我们的敌人、仇人才是我们真正的善知识，才是我们的上师啊！

我们一般看不出来自己的毛病，也不敢承认自己的毛病。周围的亲戚朋友、善知识也是，即使他们看出了也不会说，也不敢说，因为他们太喜欢我们了，太爱我们了，太在乎我们了，说了怕我们不高兴，怕我们生气。我们的敌人、仇人就不会考虑这些，他们会毫不留情地指出我们的毛病，对我们来说，他们才是我们真正的恩人。

我们这些凡夫都认为自己命不好、运不好。 我认为：不管是富是穷，是贵是贱，大家都一样，都活得累，活得痛苦，活得没有意义，都达不到自己的愿望，都没有满足的时候。这叫命不好，这是苦命的人。

但我们完全可以改变自己的命运，这个权利掌握在我们自己手里，不用靠别人，我们都是自己命运的建设者。

毛病越多，命运就会越不好，想改变命运，就要改掉毛病。毛病越来越少，运气就会越来越好。想改掉毛病，就要学佛修行，很简单。这时需要我们通过闻思修，学习佛法，懂得佛法里讲的这些道理，把佛法当镜子照自己，那个时候才能照出来自己有缺点还是有优点，之前我们根本看不出来。

自己觉得好，不一定好；自己觉得不好，也不一定不好。因为我们不会分辨。我们也不知道到底什么是真正的善，什么是真正的恶；也不知道到底什么是真正的好，什么是真正的坏。

那个时候需要佛的教诲，需要上师的教导，需要佛法。把佛法当镜子照自己，才能照出来自己是个善人还是个恶人，自己的所作所为是好事还是坏事，然后去改变缺点。

不要做坏事，一定要做好事；不要做恶事，一定要做善事。行善越来越多，造恶越来越少，这叫毛病少了、缺点少了，然后功德越来越增上了，命运就会越来越好了。命运可以扭转，可以改变。命运随着你的心转、变。这个心就是善心与恶心。

能看出来自己有毛病，这是一种觉；能改变自己的毛病，这是一种成就。

一定要好好修忍辱，如果不修忍辱，以后还要感受这样的果报，而且在心里哪怕有一刹那的嗔恨心，也会摧毁你在一千个大劫当中积累的福慧资粮。

嗔恨心的过患多可怕，还敢生起嗔恨心么？我天天说：从早上起床发心开始，做完善事后，马上就要做功德回向。但有的人还是不做回向；有的人一天做一、两次回向；有的人还问我："要做那么多次吗？一天做一次就行吧？"你自己看，你能把握住吗？如果把握不住，就要统统做功德回向，越多越好。如果你把自己所做的功德、福德都回向了，功德、福德就能存住了，即使你生气了，也没有事；即使你在相续中生起邪见了，也没有事。如果你没有做回向，一旦在相续中生起嗔恨心与邪见了，你所做的功德、福德会立即消失、立即毁灭。

如果你生起嗔恨心了，以后要下地狱感受地狱的痛苦，还要感受等流果等其他的果报。我们一定要好好思

考生起嗔恨心的过患、修忍辱的功德，然后我们才能好好地修忍辱啊！

第二个是求法苦行之安忍。为了修持正法，要不顾一切艰难困苦、严寒酷暑。为了修持正法，不能今天冷了就不去了；今天困了就不念了；现在有事就不修了。一定要历尽苦行，精进修持。

我们看看那些大德高僧的传记，他们都是曾经历尽苦行，通过精进修持而获得成就的。学佛、修行没有那么简单、容易就能成就的。我们一定要抓紧时间、全力以赴地闻法、修行。不能忘记这些，任何时候都不能忘记这些！

我们说过三个念念不忘：念念不忘上师三宝——无论什么时候都不能忘记上师三宝的功德；念念不忘父母众生——无论什么时候都不能忘记父母众生的恩情；念念不忘如法修行——无论什么时候都不能忘记如理如法的学佛修行。

我们要把修行放在首位，不顾一切艰难困苦、严寒酷暑，抓紧时间，全力以赴、尽心尽力地学法、修行。我们都是渴望解脱、渴望成就的人，对我们来说，没有什么事比修行还重要。修行不能偶尔性、空闲性地修。

偶尔参加，偶尔念诵，偶尔打坐……不可能成就；空了，闲了，没有事了，参加法会，念佛，诵经，烧香，磕头……平时就忘了。这样修行不可能成就。应该把这些世间的琐事都忘掉，都放下。竭尽全力、一心一意地学佛、修行。这样我们才能解脱，才能成佛。

不要老想、老挂念、老放不下这些世间的琐事，为

了这些而奔波忙碌。佛说："学佛、修行人，不管什么时候都不会饿死、冻死，都有人关心、照顾。"我相信佛说的这些。你们有家，有孩子，有生活来源，老了也有依靠。我是出家人，没有生活来源，没有孩子，老了没有人管。我都不操心，你们还操什么心呀？

不要这样，不会有事，别害怕。我说过，越担心越有事，越害怕越有事。什么事都是，一切都是缘分，没有缘分，想遇也遇不到；有缘分，想躲也躲不开；如果有这个福报，不要它也来；如果没有这个福报，怎么拼命地找、求，它也不会来。不相信因果、不相信报应的人，是最愚笨、最愚痴的人。不可能没有因果，不可能没有报应。善有善报，恶有恶报，不会有差错，不会有浪费的。

有些人老担心、害怕。有一点点不舒服了，就害怕了："哎呀，我是不是有病了？"实际上没有病，但慢慢就生病了，这不都是自找的吗？怀疑、担心，这都是烦恼、分别。有烦恼、分别的时候就种恶因了，结果肯定会生病；有的人特别担心，害怕孩子有事。然后就跑这问、跑那问："我们家孩子有没有什么灾难"？然后就找人查，越查越有事，他们肯定说有事。

不要经常去找这些人，现在人都说假话，不说实话，他即使知道了真相，也不会说的，因为怕说实话你承受不了，不高兴。有时候为了达到种种目的还会骗你，没有事也会说有事，有时候真有事了却会说没有事。所以不用问，你要相信因果。佛陀在经中说的清清楚楚、明明白白，还问什么呀？我说过："如果有病了，就是杀

业重，想改变，就多忏悔，多放生，就能恢复健康；夫妻感情不合，肯定是以前邪淫了，想改变，就要发誓，以后不再邪淫。多持戒，持居士五戒、八关斋戒，肯定会好。”所以不用查，没有用。我不是不相信他们说的，但是，佛都已经说完了，还问什么，还怀疑什么啊？

修大圆满法、大中观、大手印，修净宗、禅宗、密宗，都不重要，重要的是现在学修的这些基础。不相信因果、不相信轮回的人能修成大圆满法、大中观法吗？不可能。

我们真正能够相信轮回、相信因果的时候，学佛不难，修行不难，解脱不难，成就也不难，什么都不难。之前难，真的难。如果不相信我说的这些话，就继续盲修瞎炼吧，你不可能成就，不可能解脱。

我希望大家要反复地学、看、听、想“轮回的过患”和“因果不虚”。这些多重要啊！一定要下决心，做决定，要好好地学修这些！

第三个是不畏甚深法义之安忍。每当讲空性、大圆满，还有密宗一些特殊的修持方法的时候，有的人就开始怀疑、诽谤，就害怕了。以前佛讲空性的时候，很多罗汉、小罗汉都承受不了，开始心慌，吐血而亡，最后堕落地狱。现在也是，如果讲这些佛理的时候你不理解，也不能生起邪见，不能怀疑，不能诽谤，一定要生起信心，一定要恭敬顶礼。

忍辱和忍辱波罗蜜是不同的，只忍辱，不是波罗蜜。忍辱的时候，一定要用三轮体空的智慧来摄持，站在三轮体空的角度来忍辱，这才是忍辱波罗蜜。什么是三轮

体空？修忍辱者自己、忍辱的对境和忍辱的过程，这是三轮，三轮的本体都是空的。三轮一定要观体空、观实空，站在三轮体空的角度来修行忍辱。

我们现在学修的这些基础的修法，才是实实在在的学佛修行的方法，我们都是想解脱成佛的人，对我们来说，这些基础的修法都特别重要，没有比这些基础的修法还重要的，这都是真正的如意宝啊！对我们来说，有了这些基础的修法，我们才能解脱成佛，如果没有这些基础的修法，我们就不可能解脱，不可能成佛的。

今天就讲到这里。祝大家吉祥圆满，扎西德勒！

发菩提心（八）

为修持成佛要发殊胜菩提心！

为度化一切父母众生要发誓修持成佛！

为早日圆成佛道要精进认真闻思修行！

今天我们要学习的主要内容也是发心——发愿菩提心和行菩提心，这个特别重要。如果我们不发这两个菩提心，根本修持不了大乘佛法。只有在我们的相续中有了愿、行菩提心，才能进入大乘法门，才能踏上大乘佛法里讲的成佛之道：资粮道、加行道、见道、修道。其中资粮道是最低、最基础的道。

我们能够发出愿、行菩提心，那个时候才算进入资粮道。然后通过资粮道的修法才能进入加行道，通过加行道的修法才能进入见道，通过见道的修法才能进入修道，通过修道才能成佛。所以我们不可能随随便便地就能成佛。

发愿、行菩提心都不难。但如果连这两个心都不会发，连这两个心都发不出来，如果没有这两个发心，你根本修不了大乘佛法；如果不修大乘佛法，根本得不到大乘佛法里讲的这些成就。一切大乘修法的前提与基础是愿、行菩提心，所以这两个心必须要发，这个特别重要。

不管是修显宗、密宗、禅宗，都需要这些基础。如果没有菩提心，尤其是没有愿、行菩提心的基础，不仅念佛求往生求不到，打坐修禅也不可能修成；就是通过两个次第——生起次第和圆满次第，念咒和修本尊也不可能修成。

佛经里讲得清清楚楚：如果在你的相续中没有慈悲心、菩提心的基础，修生起次第、圆满次第很容易出问题。比如去修生起次第，观想本尊，无论自观还是他观，很容易修偏，变成鬼、魔；比如去修禅宗，很容易变成傻子、疯子，死了以后也会投生为傍生，那样的傍生也能活很长、很长时间；没有慈悲心、菩提心，去念咒、观本尊，变成的鬼、魔，还会与一般的鬼、魔不一样，因为他以前修过，所以有力量。我们那边有很多这样的情况，有些众生变成鬼以后，经常伤害其他众生，要降伏他，救度他很不容易，因为他会念咒，会观本尊，威力特别大。他会变，或变成本尊，或变成阿弥陀佛，或变成马头明王，然后给人示现，人们也分辨不出来是鬼还是真正的佛，只要一执着，他就会要人的命，这个人死了以后就会变成他的眷属，然后跟着他到处伤害众生，这都是鬼、魔。

没有慈悲心，没有菩提心，不可能见到佛，也不可

能见到佛性。如果自己觉得见到佛性了，这也是错的，不可能的。就是看见佛了，看见本尊了，也肯定不是真正的佛，这也是鬼魔和恶魔的化现。如果你执着这个佛像，或者执着这些本尊像，他知道你的心，然后他就化现成佛像，变成本尊像，然后来欺骗你，伤害你，来抓住你的心。

如果你少了慈悲心、菩提心这些修法，很容易修偏。念佛求往生，想解脱成佛，是不可能的事。都是盲修瞎炼，别做这个梦，真的，不可能，绝对不可能！如果不相信的话，就看看《大藏经》。我们现在学习的这些，是传承上师们的伏藏法，都是精髓与精华。传承上师们已经精通了三藏十二部一切经典，所以我们没有必要去学一些经，看一些经，那些经的内容是很难看懂的。

现在的人特别没有毅力，修行不精进，智慧还特别浅薄。佛经广大、奥妙，一般人不易看懂，而且佛讲的道理、重要的窍诀，在佛经里也非常分散。如果不通过上师、善知识们编写的书，没有他们传授的窍诀，以及从伏藏里取出来的仪轨，我们不可能修成，想解脱、成佛是不可能的事。

传承上师们经历了很多磨难，最后掌握这些。他们修行的过程是非常艰难的，我们现在没有什么可难的。他们已经给我们铺完了路，我们要做的就是在这条路上坚持走下去就行了，没有必要想那么多，没有必要今天看这个经，明天读那个经，根本没有必要。

比如说《八吉祥颂》，是我们的传承上师麦彭仁波切编写的。在佛经里有很多吉祥颂、吉祥经和吉祥文，

但是所有的吉祥颂、吉祥经和吉祥文的精髓、精华都被总集在《八吉祥颂》当中，特别殊胜，念起来非常方便、容易，几分钟就念完了。念诵一遍《八吉祥颂》，就等于念一切吉祥经、吉祥颂和吉祥文。如果知道了这些，你还有必要念别的，还有必要念那么多吗？

百字明是咒王，是所有咒语的精髓与精华，念诵一遍百字明等于念诵一切咒语；观修一遍金刚萨埵等于观修所有的本尊。知道了这些，你还有必要念那么多，修那么多吗？但是人都不懂。所以说修行的关键是这些基础的修法。

基础的修法就是暇满难得、寿命无常、轮回过患、因果不虚。我们现在需要修持的这些基础的修法，一个比一个重要，特别地重要。如果我们没有修持这些方法，真的不可能解脱，不可能成佛。

我们都要解脱成佛，最根本、最先决的条件是出离心。只有通过四外加行的修法，才能真正发出出离心。然而出离心是通过方法与窍诀修出来的，不是想发就能发出来，想要就能有的。

在有出离心的基础上才能有菩提心，在菩提心的基础上，再往上修才能解脱。菩提心是一切大乘修法的前提、基础，有愿、行菩提心的基础，才有修持大乘佛法的缘分，通过修持大乘佛法才能成佛。所以首先一定要把这些心都发出来，然后我们真正修持大圆满法的时候，一点点也不难了。

真有出离心、菩提心了，然后修净土，念佛求往生，没有问题，一定能往生，保证能往生。如果没有这些基

础的修法，不管你修的有多精进，念的有多殊胜，也没有用，也不可能往生，这是佛说的。佛没有说过不发出离心、菩提心也能往生。你看一看，书上写了吗？传承上师们那么讲了吗？上师告诉你了吗？这样的好消息，我从来没有听见过。

我从七岁出家，学佛学了那么多年，读了那么多显密经典，还到五明佛学院辩经辩了那么多年，我真没有听说过这些，我的上师也没有告诉过我这样的消息，我也没有看到过这样的情况。

在有出离心、菩提心的基础上，积福、消业，再念佛求往生，佛说一定能往生。佛保证过，我的上师也给我保证过。这个我相信，一定会的。好好地观察一下自己，观察一下自己的相续：在你的相续中到底有没有出离心，到底有没有菩提心？“我能行吗？我是在家人，有孩子，有工作，我能发出来慈悲心、菩提心吗？我肯定发不出来！”如果你这么想，肯定发不出来，那你就别求往生了，别想成佛了，还是继续混、继续轮吧，没办法！

往生到西方极乐世界有条件，具备条件的情况下才能往生到西方极乐世界。没有具足条件，想往生到西方极乐世界，是不可能的事。这也是没有办法的事，如果有办法，佛菩萨早就接引你了。

你恭敬佛，供养佛了；恭敬上师，供养上师了，但没有出离心，没有菩提心，佛、上师不可能让你往生，让你解脱，让你成佛，办不到，不可能！

别欺骗自己，好好地问一问自己：我们是不是真正

想解脱，真正想成佛的人？如果不是，那我就不说了。我现在说话的对境都是真正想解脱、真正想成佛的那些人，我是跟那些人说的。我希望跟那些人说话，我也愿意跟那些人说话，跟你没有关系，你爱听不爱听无所谓！

贤劫千佛、一切诸佛也度化不了、救度不了你这种人。我跟你们说过，对这种人，我只能在心里默默地发愿：等我成佛了，转法轮的时候，愿他也成为我的弟子，那个时候能救度他，别的没有办法。

什么是出离心？对这些世间法，对轮回没有丝毫的贪图心，没有丝毫的贪恋与留恋，真正把轮回看成火坑，看成苦海，那个时候让你留在火坑里，你一分钟、一秒钟也不想留，想马上、立刻逃出去，远远地逃开，这样你才真有出离心了。之前都是假的，都在说假话。

有些人那么放不下，总牵挂、留恋这些世间的琐事，总为这些奔波、奔忙，还认为自己有出离心了，你哪有出离心？

天天奔忙，就是为了这些世间琐事，自己看一看，一天天是怎么过去的？一天当中做了些什么，想了些什么？考虑过、管过吗？没有吧，就是想要、想求。我说的都是实话，我是不会说假话的，我现在对那些真正想学佛、真正想解脱、真正想成佛的人说，他们肯定能接受，肯定会理解。

在你的相续中有没有菩提心？菩提心不是特意发的，而是心里自然而然总起那么个念头，总有那么个想法："为度化一切众生而修持成佛。"

我们现在是想起来的时候发，平时就忘了，这是特

意想、特意发的。不是在相续中自然而然就有那么个念头，就像我们现在吃饭、休息，根本不用特意去想，饿了就想起来要吃饭，累了就知道要休息一样。当有一天，为了众生我们要成佛，为了成佛我们要修行的念头、想法、概念在相续中自然而然就有了，总有、总起的时候，才可以说，我们真有菩提心了——恭喜你，你进入大乘法门了，以后修行就不难了。

在修行的次第中，资粮道、加行道、见道、修道，只是那么说的，如果你真正有了菩提心以后，修行就不难了，说明你已经坐上飞机了。只要能真正坐上飞机，就快了，一会儿就到，几个小时、甚至几分钟就到了。那个时候一点点也不难，关键是坐上飞机难。

发心难，发出离心难，发菩提心更难。但是必须得发，一定要发，时时刻刻都要发，处处都要发，不能忘记。这个特别重要啊！

我们学习的目的就是要懂得这些道理，你们一定要抓住这些基础的修法。最重要的是这些基础的修法。如果我们没有这些基础的修法，学也是白学，念也是白念，修也是白修，没有用！我们根本达不到目的，达不到目标，不可能实现愿望！

我天天给你们念，提醒你们："为度化一切父母众生要发誓修持成佛"，这是愿菩提心；"为早日圆成佛道要精进认真闻思修行"，这是行菩提心。很多人到那个时候还没想起来。一问念的什么？不知道，根本没注意。要用心——用心去学佛，用心去修行，不要这么虚伪。我们在百日共修之前，讲过闻法的功德与过患。如

果能如理如法地闻法，这个功德也非常大，否则罪过也特别严重。

要好好地发心。如果不发心，想解脱、成佛是不可能的。真的，念佛念得再好，做事做得再多，即使彻底断除了十种恶业，尽心尽力地修持了十种善业，还念佛、诵经、烧香、拜佛、天天打坐了，也没有用，也不能解脱、不能成佛。这些只能成为世间法的因缘，只能得到人天的福报。因为在相续中没有出离心，没有菩提心，所以不能成就。

这两个心特别重要，我们一定要在相续中生起出离心，一定要有愿、行菩提心。这样，以后修行就不难了。然后随缘，愿意修净土就可以修净土，愿意修禅宗就可以修禅宗，愿意修密宗、愿意修大圆满法都可以，没有分别。

八万四千法门都是脱离痛苦的方法，都是善巧方便，都是殊胜法，都圆满。那个时候你自己愿意、方便修哪个法门就修哪个法门。

但是现在的人，一说什么大圆满、大中观、大手印；一说净宗、禅宗、密宗；一说生起次第、圆满次第、心中心法，都会说："这些多好，多殊胜，多圆满啊！"是殊胜，是圆满，但跟你没有什么关系。因为你根本不是这些法的法器，这些法再好对你来讲也没有用。对，这些法是甘露，是死而复活的甘露，是最好、最美味的甘露。如果喝了，第一不饿；第二不冷；第三特别舒服，而且以后永远也不用再吃东西了。但是你的碗扣着，或者是漏的，或者是碗里面有毒，那怎么灌也没有用，都

漏出去了；或者灌了不能喝，喝了肯定死。

很多人都是东跑西颠，今天跑这儿，明天跑那儿，今天接受这个灌顶，明天接受那个窍诀。听说某个上师给窍诀了，那个时候就想："哎哟，这个窍诀什么时候我也能得到呢？我也去啊！"然后就开始跑了。

灌顶的目的、结果是什么？是让你的相续成熟。就是在你的相续中真正有出离心了，对轮回没有丝毫的留念，对世间法没有丝毫的贪念、贪图；在相续中有无伪的慈悲心，能无分别地、对每个众生都有一样的感情，能无分别地爱一切众生。对自己的亲生儿子和对街上流浪的乞丐，没有任何的差别，一样地有感情、一样地挚爱，这样你才有慈悲心了，然后才会有愿菩提心和行菩提心。如果没有这些的话，你还是没有得到灌顶。

一说窍诀，都特别想得到。什么是窍诀？让你证悟空性实义，证悟本性，把你的心安住在本觉当中的这个方法，叫窍诀。如果你得到窍诀了，但没有证悟空性的实相，没有证悟大圆满法的真理，没有把自己的心安住在本觉当中，没有找到当初的状态，你还是没有得到窍诀。

我说过，好好地学，好好地修，把自己的相续调整好，把自己修成这些法的法器，你真正变成密法、大圆满法的法器了，那个时候给你一点窍诀，你会立即开悟。大圆满法是立断法和顿超法，立即断掉一切妄念，顿时超越三界轮回，不用很长时间，也不用那么多麻烦。这才是真正的窍诀。

现在有人说："年龄大了，来不及修大圆满法了。"这是不懂装懂、瞎说。修持大圆满法，根本不看年龄。

年龄大了，八、九十岁，快要死了，或者明天就要死了，但今天遇到大圆满法了，真正得到大圆满法了，也不晚，今天就可以成就，可以成佛。

需要漫长时间的都是别的修法，大圆满法是已经到山顶上了，不用着急，不用很长时间，可以立即解脱，立即成佛。我说过，真正想修持大圆满法，年龄大没有事；没有文化没有事，只要你对上师三宝，尤其是对上师有具足的信心就行。有了出离心、菩提心，再加上对上师的信心，你可以立即解脱，可以立即成佛。把自己的相续变为大圆满法的法器是最重要的。如果没有这个，如果你不是大圆满法的法器，你接受大圆满法也没有用，也没有多大的收获。

所以前提、基础的修法特别重要，大家都一定要全力以赴，一定要尽心尽力，不能懈怠懒惰，不能轻视这些修法。前天、昨天讲的都是行菩提心的学处：布施波罗蜜、持戒波罗蜜、忍辱波罗蜜。

今天讲精进波罗蜜。精进波罗蜜也分好几个。精进波罗蜜有擐甲精进、加行精进、不满精进。擐甲精进也是发誓精进，是从内心里发誓、发愿，下决心、做决定：从今以后再也不懈怠懒惰，竭尽全力、一心一意地学佛、修行。这个决心、决定就是擐甲精进，也是发誓精进。

我们听到诸佛菩萨、上师善知识、大成就者、大德高僧们，为了希求正法，历尽了千辛万苦；为了修持正法，进行了艰苦卓绝的修行，我们不应该这么想：他们是佛，是菩萨，他们能做到，我是凡夫，我做不到。应该在心里想：诸佛菩萨、大德高僧们，尚且要经过那样

的努力，经过那样的艰难困苦，要那样苦修，我是个凡夫，是个初学者，更应该修苦行，更应该这样努力去学修；我是他们的追随者，尽管我超不过他们，但我应该向他们学，为了修持正法，我也要不顾一切艰难困苦、严寒酷暑，好好学，这叫擐甲精进，也叫发誓精进。

第二个叫加行精进，也是行为精进。刚才是在心里发誓、发愿，现在要在实际行动中去做。学佛、修行不能一拖再拖，不能往后拖，一定要抓紧时间。就像农夫怀里钻进毒蛇、美女头上着火一般。农夫本来就胆小，如果怀中钻进了毒蛇，他肯定立即就会把它赶跑；美女最在乎自己的容貌，如果头上着火了，她一刻也不会等，会立即灭火。我们为了解脱成佛，为了学佛修行，更不能等待，更要迫不及待地抓紧时间，认认真真地学，老老实实地修。这叫行为精进，也叫加行精进。

不满精进是不满足。自己学佛了，有了一点点知识、成就与收获，有了一点点的变化与进步，就心满意足了，这就错了。对现在的修行状况，要像饥饿的牦牛吃草一样。饥饿的牦牛吃草的时候，前一口没有吃完，就看着下一口。我们也应该这样，前一个修法没有修完，心里就计划着学习下一个法门。不能看了几本书，听了几张光盘，懂得了一点佛法里讲的道理，就心满意足了，然后就跟别人说，觉得自己已经都得到了、都好了，不能这样。

无论是昨天讲的忍辱波罗蜜，还是今天讲的精进波罗蜜，如果没有证悟三轮体空的智慧的摄持，只是忍辱和精进，不是波罗蜜。忍辱和忍辱波罗蜜，精进和精进波罗蜜不一样。波罗蜜是一定要站在三轮体空的角度，

比如说修忍辱的时候，修忍辱者自己、忍辱的对境和忍辱的过程，这三轮一定要观为空，站在三轮体空的角度来修行忍辱与精进，才能成为波罗蜜。如果对三轮的本体有执着，把这些都当成真有的话，你还只是修了忍辱与精进，还没修波罗蜜，这个得弄明白啊！

不管是修忍辱的时候，还是修精进的时候，你要有三轮体空的观点，有三轮体空的智慧，一定要把三轮都观为体空，站在性空妙有的角度。

我们说三个殊胜里面正行无缘殊胜就是无所执着。我们念佛的时候也是，念佛者自己、所念的佛、念佛的方法，这三个叫三轮。都观为体空，站在性空妙有的角度来念，在性空妙有的境界、智慧中念，这才是最圆满的，这才是念佛，这才能成为成佛和解脱的因，之前都是轮回的因，没有用。

今天就讲到这里。祝大家吉祥圆满，扎西德勒！

发菩提心（九）

为修持成佛要发殊胜菩提心！

为度化一切父母众生要发誓修持成佛！

为早日圆成佛道要精进认真闻思修行！

今天我们要学习的主要内容也是发心。发心是发菩提心。菩提心有很多种，但是我们现在要发的是愿菩提心和行菩提心。不发这两个心，我们不可能解脱，不可能成佛。这个对我们来说非常重要，没有什么事比发心还重要。要发心，就一定要修持愿菩提心的和行菩提心的学处。

愿菩提心的学处有三种：自他平等、自他相换、自轻他重。行菩提心的学处有很多种，但综合起来共有六种，也就是我们经常说的六度：第一、布施波罗蜜；第二、持戒波罗蜜；第三、忍辱波罗蜜；第四、精进波罗蜜；第五、禅定波罗蜜；第六、智慧波罗蜜。就是布施、持戒、忍辱、精进、禅定、智慧。

布施、持戒、忍辱、精进波罗蜜我们前面都已经讲完了，今天接下来讲禅定波罗蜜，也可以说是静虑波罗蜜。

静虑分三种：第一、凡夫行静虑；第二、义分别静虑；第三、缘真如静虑。

第一个凡夫行静虑，就是耽著明乐无分别的觉受。明乐无分别是修行过程中的一种境界，那个时候会沉迷、执着在明乐无分别觉受的美味里修、炼，这个禅叫做凡夫行禅定。那个时候会特别执着明乐无分别的觉受，执着这个美味、感觉，这是凡夫行静虑。

第二是义分别静虑，就是对明乐无分别的觉受没有执着、贪著。但是特别在意“空” ——空性的见解。认为执着空性这个见解就能对治一切烦恼，对治一切习气。这种禅定叫义分别禅定。

第三个才是最好的禅定，就是缘真如静虑。那个时候把自己的心安住于无分别的法性之中，对觉受的美味，对空性都没有耽著、执着。这种禅定叫做缘真如静虑。

那么，什么叫禅定呢？就是把自己的心专注在一种正知正见上。比如说，能够把自己的注意力，专注在一切法的本性是无常的这个道理上，这是一种禅；知道轮回是苦海，把自己的心专注在知道轮回是苦海这种正知

上，这也是一种禅；把自己的注意力专注在证悟一切法的本性是无常的这个见解上，这也是一种禅。

最好的禅定是，把自己的心安住、融入到本来就有的觉悟、觉性当中，这是最好、最高、最殊胜、最圆满的禅定。这是佛说的。

有这种禅定才能彻底解脱，心才能彻底达到清净。之前，把心专注于一种正知正见上，也是一种禅定，但不是最圆满的禅定。现在很多人都喜欢坐禅，也愿意坐禅，但是他们根本不会坐禅，因为没有正知正见。根本不知道本来就有的觉性是什么？不知道一切法的本性是什么？也根本不知道佛性在哪里，是怎么回事？哪里有禅定啊？

“我想把这个心静下来，想把这个心定下来。” 现在很多人坐禅都执著在这些上。心定不下来不着急，不重要。重要的是你有没有正知正见，有没有证悟这个本性、本觉。你真的证悟了，才有禅定。之前你安住心，也是瞎安。很多人都认为坐禅不要有任何念头、任何想法，要把自己的心控制起来。坐禅的时候要控制思想、控制情绪，认为有思想、有情绪不是禅；认为没有思想，没有情绪，没有任何念头，没有任何想法，没有任何概念，是禅，然后就特意把心定在那个状态中。你把心这样安住了，定下来了，也能坐很多天、很多月、很多年，但是没有用，因为结果不好。这样坐禅，如果没有断恶行善，结果会投生为傍生，最好的转生为长寿天，就这么个结果，都脱离不了轮回，所以没有用。现在修禅、坐禅的人，大部分都是这种状况，所以别瞎坐。

禅，是在一种正知上，或者是在一种正见上，或者是在本来的觉悟、觉性当中，心能够安住、定住，能够放松，这才是禅定。

很多人也想修禅，但是一坐下来就什么都想，一会儿功夫，一转念，怎么想了那么多，心根本定不下来；有的人，心也能定下来，但是也没有用，因为没有正知正见，也不知道什么是本觉，什么是当初的状态。

所以，不要瞎坐，如果你证悟了整个法的法性、真理，然后你把所有的注意力都放在那个认识上、知见上、见解上，才是真正的禅。其它的都不是真正的禅，都不是出世间的禅，都是轮回。

现在我们观修人身难得、寿命无常。你真正能够知道了人身有多么难得，然后把自己的注意力放在这个道理上、认识上，这也是一种禅，多好啊！

不能要求什么想法、什么念头都没有，这是不可能的。有心就有思想，就有情绪；有太阳就有光芒；有大海就有波浪，不执着、不追求就行了。我们看波浪和大海，大海不执着波浪，波浪也不影响大海。波浪的来处是大海，最后的归处也是大海；大海本身就是波浪，波浪本身就是大海，都是一体的。心和心的想法也是一体的。有心就有思想，所有的思想、情绪，都是从心里来的，最后的归处也是心。不要去控制它，否则是一种障碍；也不要放纵它，否则也是一种障碍。让它自然起，自然消，这都不会影响你。

但是我们现在都不会坐，有的人也想把心定下来，但定下来的时候也是一种执着，也是一种烦恼。不是放

松、轻松、自在。即使是放松、轻松、自在，也不可能永远那样，因为要生活，要工作，要做事。

现在好多人都把心控制起来，束缚起来，特意地不让它去想，不让它有念头、有想法。这也是一种执着，不是解脱。

你特意去安住的时候，根本安不住这个心。越想安越安不住，越想定越定不下来，越想静它越乱。那怎么办？一定要先把自己的身、口、意三门完全放松下来，在一种特别自然的状态中，那个状态就是本来的状态，这样才能找到自己的本觉，找到自己的本性，找到自己的本来面目。不会放松的时候不会安心，等到会放松的时候自然就会安心了。

你认识它了叫觉。你不离开它，永远把自己的心安住在那个状态中，不是糊涂，也不是麻木，而是一种特别清晰、明了的状态。这都特别重要。如果你想安住自己的心，想把心定下来，然后特意去定，根本定不下来，根本安不住。你想定，念头出来了；又想定，念头又出来了……这是增加妄念、增加执着。

我们的心就像匹脱缰的野马，想直接抓它是不可能的。不要特意抓，让它自己停，它自然就会停下来，那个时候才能抓住它。如果它正跑着，你想抓它，它跑得就更快了，这样你就更抓不住了。

我们现在安心的时候也是，让它自己停，不要追随过去，不要迎接未来，也不要执着现在。

让你的心不追随过去、不迎接未来、不执着现在的时候，它自然就会停。就像风刮着沙，风一停，沙自然

就落下了。风停了是什么意思？就是你不执着这些，不特意想过去的事，不特意想现在的事，也不特意想未来的事，那个时侯心自然就落定了。这样就好办了，你就要看到彼岸了，就快成就、解脱了。

在特别自然的状态中，还会出现思想和念头，那个时候你就看着它，不要去做什么。它本身也是自然的，你看着它的时候，它就消失了。它起的时候，不用特意控制它，让它起，但是也不跟随它，你不跟随它的时候，它就回来了。这才是最好的禅定。

我们在念经、持咒、观想的时候，把注意力放在这上面，这都是禅。诵经、持咒、观想、观呼吸，这些都是坐禅的方法，通过这些方法才能修出禅定来。

我们现在通过两个次第念咒、修本尊的时候，把自己的注意力全部放在仪轨的内容里，这也是一种禅。从开始念诵到结束，不想别的，只想这些，这也是一种禅。

这些都是最好的禅。主要就是修这些，坐禅要这么坐，不要瞎坐。如果没有出离心和菩提心的基础，不能坐禅。否则，坐多久也没有用，结果都是：不好的堕落成傍生，好的升天。就这两个结果，别的没有。

如果没有出离心和菩提心的基础，不能观修本尊。否则，真修成了，只会变成鬼或者魔，不会有别的结果。如果没有这些基础的修法，你学什么也学不会，修什么也修不成，而且还容易学偏、修偏。所以，重要的是这些基础的修法。首先你要观察，在自己的相续中有没有出离心、菩提心？在有出离心、菩提心的基础上，才能修禅，才能修生起次第和圆满次第，修大圆满、大中观

这些法。先不要着急修两个次第，不要着急坐禅，也不要着急修大圆满、大中观等正行。应该着急的是修出出离心和菩提心来。如果有了，你就可以接着修那些正行法；如果在你的相续中没有出离心、菩提心，你就先修加行那些基础法。一定要把基础打好，前提的这些修法都修好了，然后你学正行就很容易了，修正行法也很容易了。

第六个，般若波罗蜜，也就是智慧。智慧也分好几种，有闻慧、思慧、修慧。

闻慧主要是通过闻法而得来的智慧，是上师讲的一切正法，自己听闻后，如理如法地理解了，这是一种智慧。

思慧，就是对上师所讲的法义、道理，不满足于表面的听闻、了解，而是反复研究、认真思维，对此生起的定解，这是由思慧得来的智慧。

修慧，是通过修行而得来的智慧。

所以获得智慧的途径有三种：第一个是通过闻法而得来的智慧；第二个是通过思维而得来的智慧；第三个是通过修行而得来的智慧。但最好、最圆满的智慧是通过修行得来的，是一种证悟空性、证悟本性、证悟一切法的实相真理的智慧。

无论是修禅定，还是修智慧，都要站在三轮体空、性空妙有的角度，这才是禅定波罗蜜、智慧波罗蜜。如果没有三轮体空、性空妙有这些观念，只是一般的禅定与智慧，不是禅定波罗蜜和智慧波罗蜜，这些都十分重要。

布施、持戒、忍辱、精进、禅定和般若波罗蜜这六波罗蜜，都是行菩提心的学处，我们一定要学、修这些。通过这些修法，我们才能发出世俗菩提心，才能解脱，

才能成佛。

今天就讲到这里。祝大家吉祥圆满，扎西德勒！

发菩提心（十）

为修持成佛要发殊胜菩提心！

为度化一切父母众生要发誓修持成佛！

为早日圆成佛道要精进认真闻思修行！

今天我们要学习的主要内容也是发心。我们学习发心，已经是第十天了，今天是最后一天。我们要发菩提心，要发愿、行菩提心，但是愿、行菩提心不是谁都能发出来的，也不是想发就能发出来的，是通过一些基础的修法与方式修出来的。前几天我们讲过，知母、念恩、报恩，是慈悲心的基础，慈悲心是菩提心的基础。

首先我们都要知道，在流转轮回的过程中，每个众生都做过我们的父母，不是一、两次，而是很多次、无数次地做过我们的父母。他们跟现在的父母一样，对我们恩重如山，我们要报答这个恩德。

但是现在这些父母众生都在轮回的苦海中遭受极大、难忍的痛苦，他们有的在地狱里，感受地狱的痛苦；有的投生为饿鬼，在感受饿鬼的痛苦；有的投生为傍生，在感受傍生的痛苦。这些父母众生现在无法获得人身，以后也很难有获得人身的机会。

有的众生虽然获得了人身，但是他们没有遇到佛法，经常造业，虚度光阴，荒度人身，死了以后还会堕落恶趣；还有的众生虽然闻到了佛法，但是根本不会珍惜这个缘分与机会，盲修瞎炼，结果不仅不能解脱、成

就，反而还会堕落恶趣。

我们跟他们不一样，我们已经得到了人身，闻到了佛法，还有这么好的学佛修行的机缘与条件，因此我们一定要抓住这个机会，去承办父母众生的利益，这样才能报答父母众生的恩德。

我们一定要报答父母众生的恩德，平时给他们吃的、穿的、用的东西，给的这些只是暂时、小小的利益，不能使他们永远的摆脱烦恼与痛苦，这不是真正的报恩。真正的报恩是我们学佛修行以后，将来成佛了，有转法轮的能力，有自己的教法了，在自己的教法下，他们也可以成佛。他们成佛后，就能永远的摆脱烦恼与痛苦。然后他们也能转法轮，有他们的教法，在他们的教法下，很多众生也能成佛……那么，慢慢地，就能救度一切父母众生了，就能让一切父母众生永远的脱离烦恼、痛苦，这才是报恩最好的办法。

为了救度一切父母众生，我们从内心里发誓、发愿："要拔除一切父母众生痛苦，要给予一切父母众生安乐！"这两个心就是慈悲心。然后你会问自己："我怎么才能拔除一切父母众生的痛苦，怎么才能给予一切父母众生安乐呢？我现在没有这个能力，只有成佛转法轮了，才能做到。"然后你就会下决心、作决定："为了救度一切父母众生脱离苦海，我一定要修持成佛！"这就是愿菩提心；"为了早日圆成佛道，我要精进认真闻思修行！"这个决心叫做行菩提心

知母、念恩、报恩的修法，是慈悲心的基础。慈悲心是菩提心的基础，在你的相续中，如果真正有了慈悲

心，才能发出来菩提心。真正有了菩提心以后，我们的所作所为就都有功德。为了众生我们要成佛，为了成佛要修行，为了修行我们可以吃，吃好；可以穿，穿好；可以休息，休息好；可以工作，工作好，可以生活好……这样修行一点点也不耽误工作，不耽误生活。

为了众生要成佛，为了成佛要修行，为了修行要爱护自己的身体。如果没有健康的身体，怎么能学佛、修行呢？你可以吃，吃有营养的东西；可以穿，穿有价值的东西。你的身体是修行的工具，是承办众生利益的工具，不能轻视、伤害它，要好好地保护它，这样不会有罪过。心情不好的时候，可以散散心，玩一玩，这都是为了修行。为了众生吃喝玩乐都没有什么罪过，而且还有功德。我现在是站在发菩提心的功德这个角度讲的。如果在你的相续中有菩提心，吃、喝、玩、乐都是功德，特别是密宗强调自身是最圆满的坛城，自己就是佛，吃、喝、玩、乐都是供养坛城、供养佛。如果在你的相续中没有菩提心，你吃好的，喝好的，穿好的，都是贪吃、贪喝、贪穿。

如果在你的相续中发出菩提心了，那个时候你所做的一切都是积累福报、积累功德。如果在你的相续中没有菩提心，你所做的一切都是减损、消耗福报。就像两个人同时吃饭，一个人相续中有了菩提心，另外一个人相续中没有菩提心。有菩提心的人吃了不但没有罪过，反而还有功德。没有菩提心的人是自私自利地吃，因贪心而吃，这种吃是一种恶业，有罪过。吃饭和吃饭不一样，你吃和我吃不一样。同一时间吃，吃的是同样的食

物，但是价值不一样，一个是造业，一个是做功德；一个是积福，一个是消福。

所以菩提心特别重要，你们可以看看《入菩萨行论》里讲的菩提心的功德。

你真正能够发出来菩提心了，那个时候所有的业障都会立刻消失，无论业障有多深，也没有事。就像一间黑屋子，无论黑暗有多久、多深，阳光一照，黑暗会立即消失。你真正能够发出了菩提心以后，每时每刻都能增加你的福报，每时每刻都能增长你的智慧，从今以后不会再造业，多好啊！为什么还不发菩提心呢？

发胜义菩提心刚开始有点难，发愿、行菩提心没有什么可难的，谁都可以发，谁都能发出来。但是大家修行都不精进，学佛、修行不用心，天天懈怠。如果你真正用心学修了，修行就不难了。当你发出来愿、行菩提心后，一切都会圆满，一切都能圆融。如果你的心没有到位，一切都不到位。如果连愿、行菩提心都发不出来，你根本就不是大乘修行者，根本修习不了大乘佛法。如果菩提心发出来了，你才是个大乘修行者，然后你无论做什么，没有什么不行的，没有什么不对的。为了众生，怎么都行，怎么都对。为了自己，怎么都不行，怎么都不对。

大乘佛法里讲，菩提心是基础，如果你有菩提心了，无论做什么事情，都不是为自己，而是为众生。只要是为众生，无论做什么都是善事。如果仅仅是为了自己能够获得人天福报，或者为了自己能够解脱、往生，你念佛、拜佛、烧香、磕头，也都是恶业！

如果你的修行是为了成佛，成佛的最终目的是为了

救度众生，这才是善。好好地思维、观察自己，你烧香拜佛的时候，到底是在造业，还是在修行？看看自己的发心与动机，如果你学佛是为了成佛，成佛是为了救度众生，恭喜你，你以后怎么做都行了。如果你发出菩提心了，行住坐卧都是修行的过程，吃喝玩乐都是修持的方法。而且每时每刻都能增加你的福报，每时每刻都能增长你的智慧，不管做什么，都一样。如果你没有菩提心，即使拜佛拜得再多，烧香烧得再好，诵经诵得再多，也都是轮回的因缘。你无论做什么事都是恶事，都逃不出轮回。而且用佛法造业，罪过更严重。

把为众生的心发出来，然后我们吃穿都是为了修行。好好地珍惜生活，可以多干家务，照顾家人，这都是为了修行。如果没有搞好家庭内部关系，对你的学佛修行肯定会制造障碍。如果造成障碍、违缘了，这就是造业。如果你让家人失望、生气了，这就是伤害众生，恼害众生。没有这样学佛、修行的。修习大乘佛法的人都是菩萨，哪有这样自私自利的菩萨，哪有到处伤害众生的菩萨？应该是先当菩萨后当佛，如果你连菩萨都没有做好，怎么做佛呢？这都是你修行的过患！

“哎呀，我今天没有诵经，没有念佛，光忙家务了，忙着给家人做饭、洗衣服！”这又怎么了？你那么自私地念佛、诵经、打坐、修禅，真不如洗衣服、做饭、照顾家人！自私自利地念佛与发心给家人做饭，前一个是恶，后一个是善。有什么不会分呢？善恶不在表面上、形式上，都在发心上。

发菩提心多好啊！真正能够发出菩提心了，生活得

多轻松、自在啊！学佛多轻松，修行多自在啊！日常的生活就是学佛，每天的工作就是修行。这才是佛法和世间法、修行和生活相结合。除了这种方式以外，没有什么其它好的修行方法。

一样可以过日子，一样可以结婚，一样可以生孩子，一样可以生活，一样可以工作。但你得发心啊！不要因自私自利，因贪嗔痴生活、工作。把你的家人、儿女、亲戚朋友都当作众生，当作与你最有缘分的、最需要你的众生，然后去照顾他们、尊重他们、爱护他们，这是应该的，这是菩萨做的事，你这样做就是个菩萨。

但现在求往生的人大部分都是为了自己，根本不会为众生。“哎呦，轮回太苦了，我一定要往生，我一定要了脱生死！”还是把这个“我”放在前面，把这个“我”看得那么重。能往生吗？不可能。

如果你不为众生，只是为了自己往生，念佛都是造业！没有什么不敢说的，就是在造业！如果你的发心动机都是自私自利，都是我执、我爱；如果你没有超越自私自利，没有超越我执、我爱，你还沉迷在我执、我爱的执着当中，都是造业啊！

菩提心发出来了，你可以好好地过日子，好好地工作。这样没有什么不对。上班、工作的时候，不要老是为了那几百块钱工资。现在人上班、工作都是为了工资，不是为国家，也不是为众生。其实你上班工作，是为人民做事，为国家办事。

你就要这么想：国家是个大家庭，有很多众生，你工作是为人民、为众生付出。自己是为人民，为众生服务

的，这是我的责任与义务。我应该尽这个责任，尽这个义务。你这样去上班、工作，不仅没有罪，而且还有功德。

你好好工作，工资是你应该得到的回报。如果你只是为了那几百块钱、几千块钱去工作，而且还害怕拿不到工资，你的发心、动机都是自私自利，都是贪嗔痴慢疑。你这样上班、工作是恶业，有严重的后果。

念头一转就行了，你为什么不发心，不用功，不用心呢？就是习气，很多人都有习气，想改也改不了，不要这样。现在很多人做生意开店也是一样。你可以发心为人民服务，可以不欺骗，不糊弄他人，实实在在地做生意。有人来到你店里，买你东西，肯定他需要这些，你可以给他提供这个条件与方便。如果你的心态调整好了，这也是一种善业。如果没有发心，都是造业。不要老是为了自己赚钱，没有人买就烦恼、痛苦得不得了。如果你发心了，无论做什么事都是善事，这才是圆满，这才是修行，多好啊！

一天固定一个小时的修行时间里，念的也不好，没有前行、后行、正行的修法。光“阿弥陀佛、阿弥陀佛”地念。这不叫“念”，叫“叫”，叫“喊”。“叫”、“喊”佛号，谁不会啊？鹦鹉也会说；“阿弥陀佛”，会说“嗡嘛呢呗咪吽”。念一个小时的佛，心也静不下来，想的都是别的。哪有这样修行的啊？念佛要从心里念。仅仅是念一句“阿弥陀佛”也要有前行、正行、后行的修法。一定要有三个殊胜的摄持，否则念也是白念，修也是白修，不可能往生。

不相信就等着瞧吧，到临终的时候肯定会后悔的。

你有往生的把握吗？“我到临终的时候能往生就行”。你到临终的时候能往生吗？好好的时候，这颗心都一刹那也静不下来，老胡思乱想，到了临终的时候，能静下来吗？你根本没有什么功夫，到时候心根本静不下来！人会通过病苦进入死苦，那个时候病情特别严重。你现在头有点疼了，都受不了，连话都说不出来，现在的头疼跟那个时候的疼痛能比吗？通过病苦才断你的命。那个时候疼痛才厉害，才严重呢，你根本忍受不了。

临终的最后时刻，还有很多恐怖的现象，是你从来没有看见过，从来没有听说过的，很多境界你根本认识不到，那个时候你的心根本静不下来。

那时，你清楚地知道自己要在这个世界上消失了，家庭、财产、儿女、亲戚、朋友、家人，一切一切都将失去……你要永远地消失、离开，你能放得下，心能静下来吗？这是不可能的事，别做这个梦。现在你跟家人分开几天、几个月，心里都牵挂、舍不得，就不要说那个时候了。

“我靠阿弥陀佛的加持”。那个时候你能想到阿弥陀佛也行，问题是不可能！有那么多情况，在那种境界中，你能想起来阿弥陀佛吗？有人说“我业障重，没有发心也没有关系，通过他力，通过阿弥陀佛的力量，我能解脱”。那为什么这么多的众生，还在轮回里呢？你不是认为通过佛力都能解脱吗？如果是按你想的那样，这个轮回肯定早就空了。阿弥陀佛慈悲，不可能让众生还流转轮回，让众生还感受痛苦。他成佛的那一刻，肯定把所有众生都度完了，但这是不可能的事情。

你念佛求往生，一定能往生，但是得具备四个条件：第一、发菩提心；第二、积累福慧资粮；第三、观修阿弥陀佛；第四、发愿往生到西方极乐世界。

佛经里讲的清清楚楚、明明白白：有菩提心，有足够的资粮，然后再猛力、虔诚地念诵阿弥陀佛，最后发愿回向往生到西方极乐世界，这四个条件具备了才能往生。否则，想往生是不可能的，知道吗？

如果没有发菩提心，中观、大圆满、大手印的修法，禅宗、净宗、密宗的修法都殊胜。但是对你来说没有用，你根本不是那些法的法器，所以你得不到那些法。

尽管阳光在照射，但是跟盲人没有关系，因为盲人看不见。一样的道理，这些法都殊胜，但是因为你的相续没有变成这些法的法器，所以你根本得不到。如果你的相续中有出离心、菩提心的基础，才是这些法的法器。我们发慈悲心、菩提心，都是为了证悟正行，为了获得正行法。如果没有这些基础、前提的修法，你知道的再多，明白的再多，也没有用。所以，好好的发菩提心，这个特别重要。

发出离心难，发菩提心难。真正能够发出出离心和菩提心以后，就一点点也不难了。认真地学习发愿、行菩提心，好好发，时时刻刻发，一定能发出来，谁都能发出来。

实实在在地修，扎扎实实地学，永远不要虚伪。真想解脱、成佛的话，你要老老实实、一步一步地学修。我们在百日共修里学得特别系统，是按次第修的。你这么学，这么修，一定能学会，一定能修成。如果没有系

统地学，不可能学会；如果没有按次第修，不可能修成。

你现在说的都是佛菩萨的境界，那当然好啊！但关键是你能不能达到、得到那些，这是最重要的。你光说有什么用啊？佛菩萨的境界，肯定好，肯定轻松自在，肯定没有烦恼。但是再好也跟你没有关系，你也得不到、达不到，有什么用啊！

我希望大家都不要欺骗自己，否则到时候会后悔的。我为什么老说这些话？我是真心为你们，因为大家太虚伪了，学佛不认真，修行不老实。到临终的时候才知道："哦，我没有修好"，那个时候后悔莫及，但是晚了、来不及了，你已经完蛋了。

所以现在就要抓紧时间，修行不能等待，因为死亡不会等待。学佛修行不能一拖再拖，因为人身难得，寿命无常。人身非常难得，你既然得到了，就一定要珍惜它。否则，以后再不可能得到了。而且寿命还是无常的，什么时候死、在什么地方死、用何种方式死，谁也说不定。我们现在很多人都是，肯定没有打算自己今天死。"我今天肯定不能死"，你有什么把握，有什么依据啊？你为什么不打算呢？我们现在念佛求往生也是这样，没有打算今天死，认为今天肯定不能死，不都是这样想的吗？

抓紧时间，如果没等我们学好修好，就死了怎么办？我们肯定会堕落地狱，堕落恶趣，因为在我们的相续中有那些因缘。我们造过很多业，犯过很多戒，我们的所作所为都是轮回、都是堕落恶趣的因缘。如果我们一旦堕落恶趣了，就要感受恶趣的痛苦，那个时候怎么办呢？想学佛学不了，想修行不可能，没有学佛、修行

的机缘，连上师三宝的名字都听不到，还要日日夜夜不间断地感受极大、难忍的痛苦。

你看我们现在当人都这么难、这么苦。如果堕落恶趣，投生为傍生、恶鬼，或者下地狱了，更忍受不了了。六道轮回、六道轮回的痛苦实实在在的存在，佛说的都是实话。为了生活，我们经历了那么多的艰难困苦，付出了那么多代价，为了解脱、成佛却什么也不付出！就是愚痴颠倒！

真的，首先你好好问问自己，你到底是不是真心想解脱、真心想成佛的人？我看大部分人都是假的，不是真心的。如果你是真心的话，一定要抓紧时间，好好学、好好修。

六道轮回中有那么多的痛苦，那些众生在感受各种各样的痛苦，这都是因业力所现，因业力所感，这都是因果报应。如果我们造恶业了，肯定要感受恶报。如果我们行善业了，肯定有好报。善有善报，恶有恶报，种瓜得瓜，种豆得豆。丝毫不会有差错，不会有浪费的。

很多人到现在还没有断恶行善。我已经给你们说过什么是断恶行善了，但很多人到现在还没记住，根本不知道什么是断恶行善。

不杀生了，不叫断恶；放生了，不叫行善。不管是断恶还是行善，都是内心里的一种决心。我也不愿意这么反复说，我普通话说的也不好，但我怕你们听不懂，听不清，记不住，所以就这样反复地给你们讲。

如果你不是真心想解脱、想成佛，就别学、别修了。这是浪费时间、虚度光阴。在表面上说自己是学佛、修

行的，但是却到处造业，丢上师三宝的脸，都成为佛家的油子了。别人不懂，看学佛修行的人都是这样的，于是对佛法的印象也不好了，然后诽谤佛法，给佛法造成了非常不好的影响。如果你做不好，就别学、别修了，佛法讲自由；如果你愿意学，愿意修，就认认真真地学、老老实实地修。我们现在都有目标与方向了，应该朝着这个目标与方向努力奋斗。

为了救度众生而修持成佛，这是我们的目标与方向，但是我们都不精进，不努力，还在上师三宝面前，在父母众生面前，天天念，天天说："请上师三宝、善神护法都垂念我，我从今以后要承办众生的利益，我要为众生学佛、修行……"天天骗！

还说身体不好，家庭不好，你天天欺骗上师三宝，欺骗善神护法，还能好吗？还说为一切父母众生……这是欺骗众生，不是欺骗一两个人，是欺骗一切众生！不是欺骗一般的人，是欺骗功德圆满的上师三宝！你在这么殊胜的对境面前造业，还能好吗？

都问我皈依有什么条件？没有其他条件，如果你能老老实实、认认真真的学佛修行，就可以皈依上师三宝，就可以跟我学、跟我修。否则就别皈依，皈依也没有用！

我们一定要抓紧时间，今生一定要解脱。如果我们没有解脱、没有成就的话，往后就越来越不好成就，越来越不好解脱了。因为末法时期法弱魔强，越往后佛力越弱，魔力越强，学佛、修行越难，机会越少，成就的人越少。不能一拖再拖，成就解脱不能等来世，一定抓紧时间，最好在现在、今天、明天、这个月、今年、明

年解脱成佛！

对自己要有信心，有些人老怀疑："我是凡夫，我有家能行吗？"行，谁都行！你是凡夫，才要修行，才要认真、老实。如果你是个大成就者，那就不用学，不用修了，因为已经学会了，修成了。

好好地学，好好地发菩提心。发愿、行菩提心，多多地发，时时刻刻，每时每刻都发。早上发，晚上发，任何时候都发，这些特别重要。没有什么事比这些事还重要，一定要把这些牢记在心里。

今天就讲到这里。祝大家吉祥圆满，扎西德勒！

此福已得一切智，摧伏一切过患敌，
生老病死犹波涛，愿度苦海诸有情！
以佛所获三身之加持，法性不变真谛之加持，
僧众不退意乐之加持，如是回向发愿悉成就！
达雅塔，班赞哲雅阿瓦波达呢耶所哈！

发菩提心（一）

为修持成佛要发殊胜菩提心！

为度化一切父母众生要发誓修持成佛！

为早日圆成佛道要精进认真闻思修行！

今天我们要学习的内容是发心。发什么样的心？就是要发菩提心。前几天我们学习了皈依。皈依是一切修法的前提条件。没有真正皈依到上师三宝的门下，就是没有进入佛门。通过学修皈依，真正皈依了上师三宝，才算是进入佛门。进入佛门以后，我们可以选择修小乘法门或者修大乘法门。自己是什么样的缘分，是什么样的根基，然后凭缘分、凭根基去选择法门。如果是大乘根基，或者想修大乘佛法，首先就要发菩提心。

菩提心是一切大乘修法的前提。只有发出了菩提心，才算进入大乘法门；在相续中真有了菩提心，才算踏上了修行大乘佛法的道路。如果在自己的相续中没有生起无伪的菩提心，无论是修净宗、禅宗，还是修密宗，统统都不能成就。因为这些法门都是大乘佛法。念佛求往生是大乘佛法；打坐修禅是大乘佛法；持咒修本尊，修密法，更不用说了，也是大乘佛法。

一切大乘修法的前提条件就是发菩提心。没有菩提心，无法能够进入大乘法门；没有发菩提心，无法能够成就大乘佛法。我们都要好好地思维、观察：首先观察自己会不会发菩提心？其次观察自己的相续中有没有菩提心？如果没有菩提心的话，念佛求往生，白念，绝对不能往生；打坐、修禅，也是白修，绝对不能成就；

念咒语，修仪轨，也没有用。是的，密法很殊胜，是今生解脱的方法。但是，如果你没有发菩提心就去修这些大乘佛法，统统都是盲修瞎炼，再努力也是白费，不会有成就的。

很多人根本都不懂皈依，不会皈依。如果在相续中没有皈依的戒体，就等于没有进入佛门，这样，信佛也是迷信，学佛、修行也是盲修瞎炼，这种人就更不可能取得成就。

选择修大乘佛法的人发菩提心非常重要。前几天我们学习过出离心。如果没有出离心，修任何法，念任何佛都属于世间法，只能得到一些人天的福报、暂时的利益，无法能够解脱。即使在表面上、形式上，你学的都是高深的法，修的是大中观、大手印、大圆满，修的是净宗、禅宗、密宗这些最殊胜、最究竟的法，但是，如果你的相续没有成熟，你仍然不是这些法的法器，因为你的发心没有到位，这些法对你来说，都属于世间法。什么叫世间法？就是你只能得到一些人天的福报、暂时的利益，无法解脱，无法逃脱轮回。如果只有出离心，没有菩提心的话，修得再好，也只能得到声闻、缘觉、阿罗汉的果位，不能往生，不能成菩萨，不能成佛。所以如果我们在相续中没有菩提心的话，再努力、再精进，也不能取得成就。所以说发菩提心非常非常重要。

我们在前面讲过，出离心不是想有就有，想发就能发出来的，必须要通过正确的方法才能修出来。修出离心的方法就是四外加行的修法。发菩提心也是这样，通过四无量心的方法才能修出来菩提心。四无量心是指以

慈心和悲心为根本的慈、悲、喜、舍四种无量心。其中慈心和悲心是菩提心的基础。

慈悲心是发菩提心的基础，也是发菩提心的前提条件。有了慈无量心和悲无量心的修法，才能真正生起菩提心。我们经常立誓："我要为众生成佛，为了成佛我要学佛修行……"等等。但是，如果没有慈悲心，这些都是空话，没有用！四无量心中的舍无量心，是为了我们在相续中建立慈悲心而要修习的；另一个是喜无量心，则是为了能使慈悲心继续保持而要修习的。

舍无量心，就是要舍弃对亲朋好友的贪恋心，舍弃对怨敌、仇人的怨恨心。因为在我们的相续中总有亲朋好友、怨敌仇人的分别。我们都喜爱亲朋好友，都怨恨敌人、仇人，这就是分别心。首先要把这个分别心断掉。如果没有断掉分别心，就无法发出慈无量心和悲无量心，因为慈无量心和悲无量心是平等的心。如果我们有分别，那就不是平等心。

必须要断掉对亲朋好友的贪恋心，断掉对敌人、仇人的怨恨心。那怎样断掉呢？我们特别喜爱自己的亲朋好友，原因是觉得他们对我们好，对我们有帮助、有恩德；我们特别怨恨自己的怨敌、仇人，因为我们觉得他们对我们特别不好，伤害过我们，欺骗过我们。然而通过四外加行的学习、研究，我们明白了生死轮回、三世因果的道理。按照这些道理来分析，我们现在的这些亲朋好友，他们今生今世对我们好，帮助过我们，对我们有恩德。但是在以前的很多生生世世当中，他们肯定也做过我们的敌人、仇人，曾经伤害过我们，背叛过我们

或者欺骗过我们。这么一想，也就没有什么可喜爱的了。同样，我们特别怨恨仇人、敌人。因为他们对我们不好，欺骗过我们，伤害过我们，但是在流转轮回的过程中，他们也做过我们的亲人，都曾经对我们有过帮助或有恩德。

所以，在无数的生生世世当中，每个众生都做过我们的亲朋好友，也都做过我们的怨敌、仇人，都伤害过我们，也都帮助过我们。现在，对他们是应该恨还是应该爱，不好说。这样一思维，我们的平等心就修出来了：没有什么可喜爱的，也没有什么可怨恨的，都是平等的。修平等心就这么修。把对亲朋好友的贪恋心和对怨敌仇人的怨恨心这两个分别念统统舍掉，这就叫舍无量心。

平等心是前提条件，有了平等心发慈悲心就容易了。如果没有平等心，发慈悲心很不容易。因为平等心是慈悲心的基础，对每一个众生都要平等对待。

佛法讲的慈悲心，包括慈无量心和悲无量心两种。发自内心地想给予一切众生安乐，叫慈心；发自内心地想拔除一切众生的痛苦，叫悲心。但为什么说是无量心呢？发心的对境——众生是无量的，我们所得到的功德也是无量的，所以叫无量心。现在很多人都会说慈悲心，经常把慈悲心挂在嘴边，你慈悲，他慈悲；这个慈悲，那个慈悲；大家都很慈悲了。也会说要发慈悲心，其实这都不是真正的慈悲心。为什么这么说呢？因为都不是平等基础上的慈悲心。

现在很多人的慈悲心是这样的：对穷人发慈悲心，对富人不发慈悲心；对恩人发慈悲心，对仇人不发慈悲心；对有困难的人发慈悲心，对生活条件好的人就不发

慈悲心；对没权没势、比较普通平凡的人发慈悲心；对有权有势的人就不发慈悲心；对没吃、没穿、没住的人发慈悲心，对有吃、有穿、有住的人，就想不起来发慈悲心了；对有病、无人管的人发慈悲心，对身体比较健康、有人关心的人，就想不起来慈悲心了。这样的慈悲心是有分别的，我们现在既不知道发慈悲心的原因，也不知道众生最可怜的地方在哪里。

众生最可怜的地方是什么？是无明、愚痴、颠倒，这也是众生痛苦的根源。其实我们这些众生一点点也不明白诸法的真相和真理。凡夫都是迷而不觉。把苦当成乐，把无我当成有我，把污浊当成清净，这叫愚痴、颠倒。我们的所思所想是想得到快乐幸福，但所做所行却是烦恼、痛苦的因，所以叫无明、愚痴、颠倒。

众生、凡夫，不停息地感受痛苦的根源是什么呢？不是没吃、没穿、没地方住、没人管，这些都是暂时的困难。穷也不可能永远穷，富也不可能永远富。有病，身体不好，也不可能永远不好；没有病，身体好，也不可能永远好。没有人管或者有人管，这也不是恒常的，不是不变的，都在刹那、刹那当中变。这都不是众生可怜的地方。众生可怜的地方，是无明、愚痴、颠倒。不管是有钱、没钱，有权、没权，健康、不健康，有家、没家，有人关心、没人关心，都是无明、愚痴、颠倒，都一样可怜。这是一切痛苦的根源。

如果能把众生痛苦的根源，最可怜的地方弄明白了，慈悲心就很容易修出来了。但是我们现在还没有弄明白这些，所以我们发的慈悲心是有限的，有条件的，

有分别的。大家可以观察一下自己，你所发的慈悲心是不是这样的？对那些当官的，尤其是有权有势还贪污的人，你肯定发不出来慈悲心，还会认为他们没什么了不起的。对身体比较好的，一看就比较贡高傲慢的人，你也发不出来慈悲心，还会觉得他们非常坏。这种状态下发的慈悲心都不是佛法里讲的慈悲心。

佛法里讲的慈悲心是什么呢？就是对每一个众生要一样地对待。你对自己的亲生父母、亲生儿女有什么样的慈心和悲心，对每一个众生也要有这样的慈心和悲心，这才是佛法里讲的真正的慈悲心。现在很多人相续中有的慈悲心都不是佛法里讲的慈悲心，而是一种同情心。有的人连这种同情心都没有，更谈不上慈悲心了。所以一定要将同情心和慈悲心分清楚。

我们为什么要发慈悲心，为什么要平等地对待一切众生呢？这是有因缘和根据的，是必须要这样做的。我们现在对亲生的父母，尤其是对亲生的儿女有慈悲心。父母对儿女都是真心的，想拔除他们的痛苦，想给予他们安乐，特别希望他们能得到幸福快乐，能摆脱一切痛苦。那我首先问你，你为什么这样做？你不会有别的理由，你一定会这样回答：他们是我亲生的，是我们家的！除此之外你没有别的答案。再强调的时候，你就会说，这是我亲生的，是我身上掉下来的肉！我能不关心，能不照顾，能不慈爱他们吗？就这个原因，别的没有。

如果我们相信生死轮回、三世因果这些道理的话，那每一个众生都是我们亲生的，都是我们家的。今生今世可能不是我们亲生的，不是我们家的，但是前世都是

我们亲生的，都是我们家的，应该一样地对待。有的人可能会说：“这不算，这是前世的事，我说的是今生。”前世和今生有什么区别呢？前世的你也是你，今生的你也是你，都是你嘛！那你前生的家和今生的家有什么区别呢？都是你的家么！你前世生的孩子和今世生的孩子也没有什么区别。你前几年生的孩子和今年生的孩子也没有区别。你能说：“这是我前几年生的孩子，所以我就不用关心，不用照顾了；这是我今年生的孩子，我必须要关心照顾。”你这样回答是没有道理的。

家也是这样，比如曾经离过婚的人，前一个家和后一个家都是家。后一个家的孩子和前一个家的孩子有区别吗？没有区别，都是你亲生的。那前世的家和今生的家也没有什么区别，只是换个地方而已。如果你讲道理，就没有理由不平等地对待这些。父母也是这样，今生的父母和前生的父母没有什么区别，今生的父母生你、养你，对你有恩德。那前世的父母也生过你、养过你啊！这不都是一样嘛！这么一想，就彻底弄明白了，这样我们才能平等地对待一切众生，才能发出真正的慈悲心。对今生的父母和对生生世世的父母没有分别，对今生的儿女和对生生世世的儿女没有分别，这才是真正的慈悲心。

我为什么强调加行？尤其是强调外加行中关于人身难得、寿命无常、因果不虚、轮回过患这些课程呢？因为，如果对六道轮回、三世因果有甚深的体会了，我们才能往下学修，否则都是空话，没有任何意义。发慈悲心的功德非常大，发菩提心的功德非常殊胜，但是，如果没有这些前提修法，不可能成就慈悲心和菩提心。

我们如果把今生的父母、儿女与一切众生同样地对待，那我怎么孝敬今生的父母，怎么抚养今生的儿女啊？这个不用担心。我认为大家应该这样思维：你今生的父母、儿女，是离你最近、与你最有缘分的众生，是最需要你帮助、照顾的众生，你首先这样做起。你在心里要平等地对待一切众生，但实际去做的时候要一步步地来。你的父母、儿女是跟你最有缘分的众生，最需要你的关心和照顾，跟其它的众生不一样，所以你去关心照顾他们，而不是因为他们是"我的父母"、"我的儿女"。你这样做是应该的。发慈无量心和悲无量心的前提是完全平等，不能有分别。如果有分别了，就不是佛法里讲的慈悲心了。

喜无量心是什么呢？就是从心里希望一切众生都能得到无比的快乐和幸福，这能帮助我们所发的慈悲心得以延续、保持。如果没有真正的喜无量心，我们偶尔发出的一些慈悲心，很难保持下去，有时候会反复。真有了喜无量心，这种慈悲心才能保持下去。

慈悲心是发菩提心的前提条件。有了慈悲心，才能发出真正的菩提心。知道众生特别痛苦，想拔除一切众生的痛苦；知道众生需要安乐，想给予一切众生安乐。心里有这种特别强烈的想法，不是仅仅在嘴上说的。然后我们会进一步地想：怎样才能拔除一切众生的痛苦？怎样才能给予一切众生安乐呢？知道众生痛苦的根源是我执我爱、自私自利、贪嗔痴慢疑等这些烦恼。如果自己没有解脱，没有成佛，就无法救度众生，就无法使众生永远摆脱这些烦恼。这个时候就要发菩提心了。

如果想让众生断烦恼、证菩提，首先自己要有这个经验，否则怎么去教导别人、引导别人呢？连自己都没有从困境中逃脱，想帮助别人、救度别人，是一种妄想，是根本不可能的事。真想帮助别人，救度众生，必须先把握住自己，否则一遇到对境、困难和磨难的时候，就会让自己陷入进去。所以说解脱成佛要有方法，如果你根本不懂这个方法，怎么能教别人呢？要知道解脱成佛的过程，要引导他们先一步步地种下善根，然后再进一步地进入佛门、学习佛法，最后让他们开悟、证悟，解脱成佛。这才是真正的帮助众生，救度众生。

这个时候你会进一步明白：如果自己没有解脱，没有成就，肯定无法救度、拔除一切众生的痛苦，无法给予一切众生安乐。这时自己就会下一个决心：要先学修佛法，自己先解脱成佛，这个决心叫菩提心。这样，愿菩提心和行菩提心自然而然就有了。如果不是这样，你说什么都没有用，都是空话。所以说，菩提心的基础是慈悲心。

慈悲心的基础是什么呢？就是知母、知恩、报恩。我们在前面学习轮回过患、因果不虚的时候，就已经知道了，无始劫以来到现在，在流转轮回的过程中，所有的众生都做过我们的父母，这叫知母；他们做我们父母的时候，跟我们现在的父母一样，好吃的先给我们吃，好衣服先给我们穿，慈爱地抚养我们长大，对我们恩重如山，这叫知恩。然后我们要报答这些父母众生的恩德，这叫报恩。

真正要报答父母众生的恩德，首先自己要解脱成

佛。什么叫解脱成佛呢？简单地讲，就是把所有的缘都了尽，把所有的债都还清，不能再有恩恩怨怨，不能再有这些讨债、还债的关系，否则你对其他众生再好也没有用，也是讨债、还债的过程，也是报恩、报怨的过程，根本不是帮助，也不是救度，更谈不上报恩。你对他们好，没有吃的，就给点吃的；没有穿的，就给点穿的；没有住的，帮他们解决住处，他们有困难，帮助一下，为他们付出一些，这都离不开报恩、报怨，都离不开讨债、还债。

如果我们解脱、成佛了，那时候所有的怨就都了尽了，所有的债就都还清了，彼此之间就没有这些报恩、报怨，讨债、还债的关系了，就都了结了。然后我们没有私心、没有杂念地去帮助众生，去饶益众生，这才是真正的报恩！

佛讲过，你真想报恩，首先要为众生学佛修行，让自己解脱成佛，然后再去救度他们。先给他们种下善根，再进一步地让他们学佛修行，最后慢慢地让他们开悟、证悟，这样他们也能了缘、了债、了生死。他们能够解脱了，这才是真正的报恩；发慈悲心，发菩提心，为众生学佛修行，让自己解脱成佛，然后乘愿再来，救度这些众生，这才是真正的报恩。如果你已经解脱了、成佛了，你再来的时候，是真正的乘愿再来啊！那个时候是为救度众生来的，之前是讨债或者是还债而来的。对知母、知恩、报恩要这样理解。

从现在起，我们一定要跟众生多结善缘，不结恶缘，已经结的恶缘，要统统地了结，否则，将来还会没完没

了地感受报应。我们在念佛、念咒、诵经、修法的时候，要带着他们；我们做回向的时候，也要带着他们。现在我们周围很多人都不信佛，甚至还反对学佛、诽谤佛法，我们劝也劝不了。在这样的情况下，我们也不能跟他们结恶缘，要结善缘。那么，怎么结善缘呢？就是不能跟他们争吵，也不能在心里怨恨他们，而是要默默地发誓、发愿，为了他们，自己要成佛，成佛以后，一定要度化他们。这样就能跟他们结善缘了。

在方便的情况下，到河边多念咒，大声地念，水里有很多众生都能听得见，这样就能给它们种下善根。在方便的情况下，到山上出声地多念咒语、佛号，给山上的众生听，也能跟众生结善缘。任何时候都是，方便的时候就出声念，不方便的时候就默默地念，把功德也回向给众生，这样我们到处都能结善缘。将来我们成佛的时候，会有很多的眷属、弟子，那个时候多庄严，多有意义啊！否则你将来成佛了，一个眷属也没有，一个弟子也没有，多孤独，多没有意义啊！

现在我们的修法里也有这些，磕大头的时候带着众生，修除障法的时候带着众生，修其它法的时候也是带着众生。就是为了跟众生结善缘。平时也是，尽量地、没有要求地，不求回报地帮助众生，这也是结善缘。将来我们成佛的那天，肯定会有很多很多的眷属和弟子。这样，我们学佛修行的过程中也不会有太多的障碍和违缘，还会有很多的助缘。将来我们成佛的时候，弘法利生的事业也不会有阻碍，肯定会顺利、圆满、成功。如果你到处跟众生结恶缘，以后你学佛修行的道路上会有

很多的障碍和违缘，很难成就。即使成就了，你的弘法利生的事业也会有很多的障碍，也不能利益太多的众生。所以一定要跟众生结善缘，这样我们就没有违缘，没有障碍了。

我们的本师释迦牟尼佛转法轮的时候，善星比丘、提婆达多等人，都给佛造成了违缘与障碍。为什么呢？也是前世结的恶缘。虽然这个恶缘佛已经了了，但他们还没有了；佛虽然不受这个果报了，但是也有这个果报。善星比丘他们成佛以后还会有这个果报。

如果我们只结善缘，将来我们的弘法利生事业一定能顺利圆满，对大家都有帮助、有好处，一定要这样学修。

这些加行非常重要啊！没有慈悲心，就没有菩提心。要发慈悲心就要知母、知恩、报恩。如果我们对前面学习过的生死轮回、三世因果没有甚深的了解和体会，就无法能够做到这些。这就是我强调加行重要的原因。

现在很多人根本不重视加行；有的人不修加行，直接修正行；还有的人直接修内加行，不修外加行。想一步登天，想建空中楼阁，这都是妄想，不可能成功。不会站怎么能走呢？应该先学会站，然后再学会走，最后再学会跑。连站都不会站，想跑是不可能的，别做这些梦。想学就从基础开始学，从基础开始修，一步一步地学，一步一步地修。学习佛法要系统，修持佛法要按次第，一定要如理如法、认认真真、老老实实地学修，不要再虚伪，不要再欺骗自己。

自己最清楚自己，相续中有没有出离心？如果连出离心都没有，那你想学修其它法，例如修菩提心，修证

悟空性的智慧，修两个次第，都是不可能的事。先把出离心修好，然后再进一步地修菩提心，在菩提心的基础上，再进一步修证悟空性的智慧，最后再进一步地学修其他的修法。到那时，念佛求往生，没有问题，一定能往生；打坐修禅，一定能成就；念咒修本尊，也一定能成就。如果你有缘分的话，可以直接修无上大圆满，即身成佛。时时刻刻都有成佛的可能。不要再盲修瞎炼，一定要认认真真、老老实实地按次第学修。

今天就讲到这里。祝愿大家吉祥圆满，扎西德勒！

发菩提心（二）

为修持成佛要发殊胜菩提心！

为度化一切父母众生要发誓修持成佛！

为早日圆成佛道要精进认真闻思修行！

今天我们要学习的内容也是发菩提心。我们都是大乘修行者，菩提心是大乘一切修法的前提。我们发出了菩提心，才是进入大乘法门。在我们的相续中有了菩提心，我们才是真正迈上了大乘的修道。之前我们念佛求往生，打坐修禅，持咒修本尊，都不是修大乘佛法。法本身是大乘佛法，但是因为我们的相续没有成熟，我们的心没有到位，所以我们的修法也没有真正成为大乘修法。所以我们都要发菩提心。

不管是修净宗、禅宗还是修密宗，首先一定要发菩提心。不发菩提心，就不能修持大乘佛法；不修持大乘佛法，就不能往生，也不能成佛。发菩提心，要具足一定的条件，如果条件不具备的话，我们发菩提心，修菩

萨行，也没有太大的意义，达不到标准，达不到真正的目的。然而，发菩提心要具足什么样的条件呢？主要就是平等心。我们首先把对众生的喜爱与怨恨这种分别心，比如喜爱我们的亲朋好友，怨恨我们的怨敌、仇人等分别念必须要断掉，平等地对待一切众生。这样我们才能真正发出慈悲心。然后才能修持菩提心。

发慈悲心的修法，首先要对生死轮回，对三世因果有一个深刻的了解，有一个甚深的体会，才能够断掉对亲朋好友的贪念和对怨敌、仇人的怨恨。如果没有断掉这两个分别念，我们说要发慈悲心，就是一句空话，不是佛讲的平等的慈悲心，不是慈无量心，也不是悲无量心。因为慈无量心和悲无量心是完全平等的，对每个众生都一样。

如果我们对生死轮回，对三世因果有一个甚深的体会，有深刻的了解，就能断掉这些分别念。我们为什么喜爱、贪念这些亲朋好友呢？原因就是他们对我们好，对我们有恩德，特别喜欢我们，帮助过我们。但是，在流转轮回的过程中，一切众生都做过我们的亲朋好友，为我们无数次地牺牲过，付出过，对我们好过，喜欢过我们，帮助过我们，对我们有恩德。对敌人、仇人，我们为什么不喜欢，为什么怨恨呢？就是觉得他们对我们不好，欺骗过、伤害过我们，所以心里怨恨。然而我们今生今世的亲朋好友等一些众生，在我们流转轮回的过程中，都做过我们的敌人、仇人。无数次地伤害过我们，欺骗过我们。这么一看，都是一样的，这样才能修出来平等心。我们有分别地喜爱、贪念这些众生，是一种错

误。如果真正懂得了这些道理，深信了这些道理，我们才能去掉这些分别与执着。否则只是嘴上说说而已。这就是四无量心的基础，也是要发慈悲心的一个前提条件。

我们断掉了这两个分别心，修出了平等心，能够平等地对待一切众生，这个时候我们才可以发慈无量心和悲无量心，才能发出佛法里讲的慈悲心。

现在很多人所发的慈悲心，都是有分别的、有要求的。根本不是佛法里讲的慈悲心，不是慈无量心，也不是悲无量心。

那什么是慈无量心，什么是悲无量心，什么是佛法里讲的慈悲心呢？就是一切众生完全是平等的。你能够像对待自己的儿女一样地对待一切众生，像对自己的父母一样地对待一切众生，这才是真正佛法里讲的慈无量心和悲无量心，才是真正的慈悲心。

我们为什么要这样对待一切众生呢？因为从无始劫以来到现在，在流转轮回的过程中，所有的众生都做过我们的父母亲。那个时候的父母跟现在的父母一样，都对我们有恩德。同样，所有的众生都做过我们的亲生儿女。如果你不讲道理的话，那就没法沟通了。如果你是个讲道理的人，那你就不会再这样分别地只喜爱自己的父母和儿女了。因为一切众生都是平等的，应该同样地拔除他们的痛苦，给予他们安乐。这就是我们所说的慈悲心。

大家也时常发慈悲心，但是现在很多人所发的慈悲心，根本不是佛法里讲的慈悲心。就像我昨天讲的那样，只是一种同情心。同情心和慈悲心是两回事。现在我们

对穷人发慈悲心，但是对富人，对有钱的人就发不出来慈悲心；我们对普通的老百姓好一些，能发一些慈悲心，但是对当官的，对有权有势的人，就发不出来慈悲心；我们对比较善良的、孝顺的、有道德的人，能够发出慈悲心，但对没有道德，心地比较恶劣，行为也比较低劣的人，就是我们现在所说的一些流氓、坏人等，根本发不出来慈悲心；我们对这些乞丐能发些慈悲心，但是对那些有名气的明星，根本发不出来慈悲心。这都是错误的。

我昨天讲过，众生最可怜的地方，不是没住、没吃、没穿、没人管，而是无明、愚痴、颠倒，是这些贪嗔痴慢疑等烦恼，这是一切痛苦的根源，有这些烦恼就有痛苦。穷人虽然痛苦，但是那些富人更痛苦。他们是有钱，但是越有钱越有事，越有事越有压力，越有烦恼痛苦。华智仁波切讲过，有一匹马就有一匹马的痛苦，有一只羊就有一只羊的痛苦，有一袋茶就有一袋茶的痛苦。财富越多，痛苦越大。真的，他们非常不容易，看起来好像很了不起，但实际上非常痛苦。

没有开悟、证悟之前，有权力也是一种压力，越有压力越不自在，越不自在越痛苦。很多人都有地位，但这些也不是随便得到的，是通过各种手段得到的，得到以后也不恒久，也不稳定，他自己也知道，所以总在患得患失当中，非常痛苦。还有那些在街上讨饭的乞丐，也非常可怜，非常痛苦。另外，我们也会同情那些孤寡老人，因为他们没有人管，所以活得也很痛苦。有的老人有人管也不容易啊，尽管有人管，但是生活不能自理，还要靠别人，靠别人就要看别人的脸色。人家高兴的时

候会理你，帮助你。不高兴的时候，不但不理你，还会让你伤心、痛苦、烦恼，也非常不容易。

现在很多人都崇拜明星，把那些明星当成自己心中的偶像，表面上看他们很了不起，实际上他们是最痛苦的。为什么这么说呢？明星也很不容易，他们通过各种渠道、手段，最后才成为了明星。当了明星以后，相互之间还有竞争、嫉妒。另外明星都活在公众的目光下，没有自由。现在，很多明星都信佛了，他们也说过，虽然有钱，有名气，但是压力也大，烦恼也多。

这么一说都一样，都不容易。不同的众生在不同角度感受着不同的烦恼，处在不同环境感受不同的痛苦。为什么会这样呢？就是因为众生不明理，无明愚痴颠倒，所思所想与所做所行是背道而驰的。都想得到快乐，得到幸福，但是所做的一切都是痛苦的因，只能带来很多很多的不利，带来很多很多的痛苦与烦恼，无法实现自己的愿望和目的。

我们这样仔细地观察思维的时候，才会明白这些道理，然后才会发出平等心——平等的慈悲心和菩提心。然后我们就会进一步思维：这些众生都是一样的，都在感受同样的烦恼与痛苦。

大部分众生都在地狱里，感受地狱的痛苦。然后是饿鬼、傍生在感受恶趣的痛苦。投生为人的没有几个。但是作为人也是特别地痛苦、烦恼，因此都需要我们的帮助和救度。我们跟他们不一样，因为我们得到了暇满的人身，接触、修学了殊胜的佛法，遇到了具德圆满的上师。在所有的众生当中，得人身的很少；得人身的人

当中，遇到佛法的很少；遇到佛法的人当中，遇到具德上师的人很少。我们现在有这么好的机会，就应该去帮助他们，救度他们。

然而，怎么帮助、救度他们呢？刚才我们讲过，众生一切痛苦的来源就是无明愚痴。我们要帮助众生消除这些恶业、断除这些烦恼，就要转法轮，这才是真正的救度众生。因为转法轮以后，我们有自己的教法，一切诸佛都会帮助我们弘扬我们自己的教法，如同我们现在帮助释迦牟尼佛弘扬他的教法一样。

讲经说法和转法轮不一样，讲经说法的时候讲的或说的不是自己的教法，而是其他佛的教法。比如我们现在也是在讲经说法，但这是释迦牟尼佛的教法，我们是在替释迦牟尼佛讲经说法，帮释迦牟尼佛弘扬佛法。这也是弘扬佛法，救度众生，但最好是广转法轮。如果有了自己的教法，在自己的教法下能饶益很多的众生，能让很多的众生成佛，然后他们也能继续转法轮，在他们的教法里，也会有很多很多的众生被饶益，这样慢慢就能救度无数的众生了。

如果我们要转法轮，需要具足很多条件，首先自己要断除烦恼、证得圆满菩提，也就是成佛，还要有非常殊胜的环境以及眷属。

没有成佛之前，无法转法轮，因为没有这个能力。只有断证的功德圆满了，就是佛了。我们证得佛果了，才能断证圆满。之前断证不是圆满的，一地到十地的菩萨都有断证的功德，但都不是圆满的。

我们成佛了，能够转法轮了，才能救度众生。所以

我们在修行的过程中，随时都要跟众生结善缘，给他们种善根。等我们成佛以后，就能将他们领入佛门，让他们开悟、证悟，使他们的功德、福德圆满，这才是真正的救度他们。这样他们就彻底没有烦恼，没有痛苦了，还能救度其他的众生。这叫发菩提心。

为度化一切众生发誓修持成佛，这是愿菩提心；为早日圆成佛道要精进认真闻思修行，这是行菩提心。愿菩提心和行菩提心有什么差别呢？一个是为“果”而发誓、发愿，另一个是为“因”而发誓、发愿。为什么这么讲呢？一个是为了救度众生，要发誓修持成佛，就是成就佛果，这是为果发的誓愿。另一个是为了早日证果而精进认真闻思修行，精进认真闻思修行是成佛的因，是证得佛果的因。这是为因而发的誓愿。

愿菩提心和行菩提心也有其他的解释。无垢光尊者研究了很多，他最后的结论是：为果而发的誓愿，叫愿菩提心；为因发的誓愿，叫行菩提心。我们依据无垢光尊者的教言，用无垢光尊者的窍诀来解释愿菩提心和行菩提心，这是最殊胜、最简单、最明了的，用不着绕那么多圈子。我们在喇荣也研究过很多，我最后还是随同龙钦巴大士——无垢光尊者的观点。

菩提心从本体的角度来讲有两种：一个是世俗菩提心，一个是胜义菩提心。世俗菩提心包括愿菩提心和行菩提心；胜义菩提心是证悟空性的智慧，是一地到十地菩萨所达到的境界，也可以说是无漏的功德、智慧。登地以上的菩萨，就是一地到十地菩萨都有世俗菩提心，也有胜义菩提心。一地以下的菩萨，只有世俗菩提心，

没有胜义菩提心。

一地以上的菩萨，他们入定、安住的时候，所得到的这些无漏的智慧、功德都属于是胜义菩提心；但是他们出定，从安住中出来的时候，只会有世俗菩提心的愿菩提心和行菩提心。

胜义菩提心是通过修行而得来的，世俗菩提心是通过仪轨发誓、发愿所得到的戒体，这就是胜义菩提心和世俗菩提心的差别。

我们发菩提心，首先要发的就是愿菩提心和行菩提心。反复不断地发，直到我们的相续中真有了这两个菩提心。什么叫有？不是通过仪轨特意发的，而是在相续中自然而然就有这个心、这个念，这才算是发出了菩提心。这个时候，我们就可以轻松自在地学佛、修行。这时，学佛、修行一点点也不难了。在相续中真有了菩提心以后，再大的业障，再深重的业障也会立即消失。犹如太阳照进黑屋子，屋子里的黑暗会立即消失，一刹那也不会停留一样。不可能说黑暗在这个屋子里已经存在很多年了，非常浓重，太阳照进来了也不会消失，没有这个道理。同样，不管我们的业障有多深、多重、多大、多久，有了菩提心后会立即消失。

我们的业障小了，那个时候行住坐卧都是修行的过程，吃喝玩乐都是修持的方法，时时刻刻都在不间断地增长福德和智慧，不可思议啊！不过，真要发出来这个菩提心也是很难的，非常非常难。如果你真正能发出来菩提心，在相续中真有了菩提心了，那个时候吃是为众生吃，穿是为众生穿，你所做的一切都是为众生。

现在有的人把“为众生”常挂在嘴边，说什么：“为众生，我今天多吃点；为众生，我今天出去玩一玩。”其实都是借口。你不一定是为众生。到底是为自己还是为众生，你得好好观察，好好思维。我们真正有了菩提心，那才是真正的为众生。你可以上班，可以工作，可以生活，可以吃，可以喝，可以玩。佛经里讲得清清楚楚，真正有了菩提心以后，睡眠在表面上，放逸也在表面上，吃喝玩乐也能不间断地增长福德资粮和智慧资粮，都没有罪过。

但这个时候我们必须是真的没有私心，完全是为众生，不仅是口头上说，而是真心地这样想：为了众生我一定要成佛，为了成佛我一定要好好学佛修行！这两个决心自然而然就有，自然而然就存在于相续中。不是特意发，也不是特意想。然后我们不会懈怠懒惰，也不会轻易放弃学佛修行，也不会轻易造业。那个时候我们吃、穿、玩、乐都是有意义的。在表面上看是懈怠、懒惰、放逸，但实际上不是。

为什么这么说呢？因为我们吃好、穿好、休息好，有时候出去玩乐，这都是为了有一个好的身体，有一个好的心情，这也是为了修行的需要，否则无法能够学修。不学佛修法，无法能够解脱成佛，不解脱不成佛无法能够救度众生。所以我们为众生要成佛，为成佛要修行，为了修行要爱护身体，保持好的精神状态。然后我们可以吃，吃好的，吃有营养的；我们可以穿，穿好的，穿喜欢的。如果你吃不好，穿不好，对身体有伤害，就对修行有影响；对修行有影响，就耽误你成就；耽误成就，

实际上就是耽误救度众生的事业。

所以我们一定要吃好、穿好、休息好。休息不好，身体疲劳的话，容易生病。休息好了，身体好了，对学佛修行也有一定的帮助。心情郁闷、烦燥、脑子不清醒的时候，不一定能学进去，修进去。出去散散心，玩一玩，乐一乐，心情好了，心里不烦、不闷了，回来再学再修。在出去散心、玩乐的过程中也可以修行。

我们可以上班，可以工作，可以为人民服务，可以为国家做贡献。国家是大家，有大家才有小家；大家稳定了，小家才能稳定，我们为国家做贡献，这也是为人民服务。为人民服务就是为众生服务，是应该做的。我们修行是为了什么？修行是为了了缘、了债。上班工作，这也是一种缘，也应该了啊！如果今生不是这个缘，我们自己创业、做生意，也可以啊！我们跟这些有缘的众生结善缘，给他们提供方便。不要心里想欺骗，想占人家的便宜。这些念头都不正，都是恶念。应该转念这样想：我所遇到的这些人，都是与我有缘分的众生，都是需要我帮助的众生，我可以给他们提供条件，提供方便，我是众生的奴隶，我应该为众生服务。你这么想，这么做，这个利润就是应得的，自然而然也就有了。

我以前说过，饶益众生就像火，把这个火点上，这些暂时的利益，比如名、闻、利、养自然而然就有。你不理它，不特意为这些，也会有。总之，发心要正确，然后你生活，成家、生孩子都行。为什么呢？因为你有这个缘，就必须要了这个缘；你照顾他们，关心他们也是应该的。你有这些债，就要还这些债。修行就是为了

了缘、了债，我们要心甘情愿地去了缘，心甘情愿地去还债，这都是修行。这样，我们时时刻刻都在修行，都在增长我们的智慧和福德，这样我们成佛就不难了，离佛就近了，很快很快就成佛了，一点点也不难。

在日常的生活中、工作中，把所有的思想行为都变成菩提心和菩萨行，这样我们才能真正做到发菩提心，行菩萨道。发出了菩提心，就直接成为菩萨了。这样离佛就近了，菩萨的上面就是佛，再迈一个台阶就成佛、就到佛国了。这个时候我们的称呼也变了，三界所有的众生都称我们为菩萨，都顶礼、恭敬我们。

发菩提心非常殊胜，但是得有前提条件。我刚才讲的这些就是前提条件，然后才能一步一步地发菩提心。有了菩提心以后，我们什么也不怕了，随时随地都可以修行，随时随地都能提升。在日常的生活中、工作中，我们不会造业，还会积累很多不可思议的福报，时时刻刻都能断烦恼、证菩提，能增长我们的福德资粮和智慧资粮，快速地达到圆满。

我经常跟大家讲，修行一定要落实在生活、工作中。把生活、工作都变成修行，这样才能解脱成佛。解脱从哪里解脱？从工作的挫折中，从生活的坎坷、磨难中解脱，把修行落实到生活、工作中，用佛法中的知识、智慧，来解决我们生活中、工作中所有的问题。然后我们就没有烦恼，没有痛苦了，这就是解脱。修行和生活不能脱离，一定要结合，这个非常重要。

现在很多人把生活和修行分开，使工作和修行脱离了，所以始终没有得到修法的利益，没有得到解脱。以

后不能这样。一定要落实在行动上，落实在生活和工作当中。以前我也给大家讲过，能转念都是修行，不转念都是造业。如果我们不转念，自私自利地拜佛、供佛、绕佛、诵经，都是在造业。

烧香拜佛的时候，首先你要观察自己的发心和动机，是贪心、嗔恨心还是愚痴？比如，为了求平安，为了求健康，为了求发财，为了求儿孙考上大学，这都是贪心！因贪心所做的一切都是恶业。朝山拜佛的时候，首先观察自己的发心动机，你是为了什么这样做的？是想对付一些人，想降伏一些众生，求佛菩萨、求护法惩罚自己的敌人和仇人，这种烧香拜佛，是因嗔恨心而做的，完全是恶业。有的人根本不懂，也不知道佛、佛法是怎么回事，不知道怎么去烧香拜佛，只是马马虎虎地烧香拜佛。这是在愚痴的状态中，完全是造业。

很多人都特别自私自利，念佛是自私自利，学佛也是自私自利。我今天明确地跟大家说：在自私自利的状态下，所做的一切，完全是造业，不会有好的果报。以后不要这样。为众生，为大家发一个清净的心，发一个清净的愿。愿力不可思议啊！

首先一定要明白这些道理。什么也不明白，连最基本的道理都不懂，连最基础的修法都没有，然后去信佛、拜佛，完全是迷信。这样信佛拜佛，不但没有功德，反而还会有一定的罪过。所以一定要觉，不能迷，觉而不迷才是学佛，才是佛。

然后发饶益心。饶益心是一切福德智慧、幸福快乐和功德的来源。你真正没有私心，有了饶益心，那个时

候你才能得到真正的快乐和幸福，才是真正的学佛修行。信佛不能迷信，学佛不能盲修瞎炼。否则会耽误自己，断掉自己的慧命，把自己的慧命做为牺牲品，这样你再也没有解脱的机会了。所以都不要麻木，一定要清醒。我们不是要大家懂得很多理论，但是最需要的、最基本的道理必须要懂。如果一点也不明白怎么学，怎么修呢？很多人还是修密法的，一定要明白什么叫密法，什么叫金刚乘？很多人真不明白，到处造业，将来一定会有严重的后果。

我在前面也讲过，依止上师，一定要通过观察，不要轻易地依止。现在是末法时期，什么样的人都有，魔化现的上师善知识也非常多，尤其是内地，这方面非常乱。具德的上师都是一体的，可以依止，但是不能轻易依止。万一遇到了一个邪师，他就会断除你的慧根，他造业了，你将来也要跟着他一起下地狱。不要结这些恶缘，一定要观察好，然后去如理如法地学法修行。

很多人都是依人不依法，这是错误的。我们一定要依法不依人，要按照佛理，拿佛法当镜子去观察自己、纠正自己，这样我们才能解脱，才能成就。现在修密法的人多，但是真正明白的很少。所以希望大家都能够进一步地研究、思维，一定要明白什么是佛法，什么是修行，然后如理如法地依教奉行。这些非常重要。

然后就是在日常的生活、工作中修行，很多人都把生活、工作与修行分开了，这是完全错误的。一定要结合起来，在日常的生活、工作中如理如法地学修，这样我们才能解脱，才能成就。一定要时刻观察自己的心，

时刻管住自己的心。这些魔隐藏在我们背后，时时刻刻都在寻找机会惹你、找你麻烦；魔王天天向我们发射贪、嗔、痴、慢、疑五种毒箭，你稍不注意就会中箭。无论你中的是贪心的箭，还是嗔恨心的箭，都会给我们造成很多的不如意，会让我们感受很多的苦报。一定要注意。

出现违缘、障碍的时候心不能慌，一定要安住。没有事，一切都会过去。其实没有什么坏事，一切都是好事。不管是出现什么样的事情，如果自己把握不住，把它当作坏事，它就是坏事；如果把它当作好事，它就是好事。有坎坷、有挫折、有磨难也是好事。如果你有智慧的话，都是佛菩萨，让你断烦恼，让你提高，让你证悟的一种事业。如果你没有修行，没有智慧，把握不住的话，就会把它当做是魔的幻化，让你退心，让你造业，让你烦恼，让你断除慧命。要什么样的结果，主要看你自己如何把握。

一切都要观为清净圆满。没有坏事，都是好事。我跟你们讲过，不经历风雨不能见彩虹，不经过磨难不能修成佛。都在给你表法，都是给你机会，让你成长，让你成功。遇到一个违缘，能提高一个层次；遇到一个障碍，能增长一种智慧。主要是看你自己怎么去认识，怎么去把握，怎么去珍惜。

身体不好了，心情不好了，觉得是不是有病了？是不是着魔了？这个时候如果你能够把握住，就不是生病，是祛病；不是着魔，是祛魔；不是坏事，是好事。如果你把握不住，被迷惑了，让自己陷入进去了，那就不是祛病，而是生病了；不是祛魔，而是着魔了。那就

不是好事，而是坏事了。主要是自己的心。什么事都一样，你把它当事，它就是个事；你不把它当事，它就不是什么事，也难不倒你。如果你把它当事了，再微小的事也会压住你，会障碍你。都是你自寻烦恼，自找痛苦，自作自受，活该！我没有办法，佛菩萨也救度不了你。如果你能够把握得住的话，什么事都没有。

我们不是相信上师三宝吗？上师三宝无处不在，无所不知，无所不能，主要是你自己的心。如果你遇到违缘障碍的时候，自己能够把握住是最好的；如果实在把握不住，你一定要祈祷上师三宝，一心祈祷是一种力量。你通过这个力量，能面对魔障，能超越魔障，所以祈祷也非常重要。遇到违缘障碍的时候，心不能慌。不管是因为社会原因造成的，因家庭造成的，因工作造成的，还是因自己造成的违缘障碍，都一样，心不能慌。社会再乱，灾难再多，我们的心也不能慌乱，学佛修行的心绝不能退转，不能松懈，一定要坚持。当时不管是什么样的情景，都没有事。你能够把握，能够坚持，就是胜利，一切都会很快过去。

现在有的人，一遇到事情的时候，就心慌意乱、手忙脚乱的，不知道该怎么做好。真的，太可怜了。自己做的是什么？自己是为了什么而做的？连曾经发过的誓愿都忘了！这个时候应该守护自己的誓言不退转，这是唯一的选择；这个时候应该祈请上师三宝加持消除这些违缘障碍，这是唯一的方法。有什么可心慌意乱的？有什么可手忙脚乱的？我很明确地跟你们讲过，我们的宗旨是：任何时候都不扰乱其他众生的心，也不动摇自

己的决心。这是我做人、修行的原则。也是你们在任何时候都要坚持的原则！

我们是学佛、修行人，不能故意恼害众生，伤害众生。无意当中伤害了没办法。想解脱、成佛的话，一定要做到这些。如果做不到的话，别想学佛，别想解脱，别想成佛，继续混吧。无始劫以来你混、混、混，一直混到现在，还要继续混，那谁也帮助不了你，谁也救度不了你。如果想学佛，想修行，想解脱，想成佛的话，一定要牢记这些，做到这些，一定要把这些落实在行动上，落实在生活、工作中，这些非常重要。

今天就讲到这里。祝愿大家吉祥圆满，扎西德勒！

发菩提心（三）

为修持成佛要发殊胜菩提心！

为度化一切父母众生要发誓修持成佛！

为早日圆成佛道要精进认真闻思修行！

今天我们要学习的主要内容也是发菩提心。我们只有能够发菩提心，才算进入大乘法门。在我们的相续中有了菩提心，才能够真正迈上大乘修道。之前我们念佛求往生都是白费，实现不了，打坐修禅也是浪费时间，不能成就，持咒修本尊也是荒废光阴，根本不能成就。所以我们首先一定要在自己的相续中建立起菩提心。

从发心人心力的角度来分，菩提心可以分为三种：像国王一样的发心，像舟子一样的发心，像牧童一样的发心。

第一、像国王一样的发心。国王是怎样想的呢？首先是自己登上王位，然后再去保护臣民。像国王一样的

发心，用在修学佛法上就是：先自己修持成佛，然后再去救度众生。这个发心非常正确，但是从发心人心力的角度来讲，这属于下等根基的发心。

第二、像舟子一样的发心。舟子就是船夫。船夫的想法是什么呢？船夫的想法是自己和船上的游客同时达到彼岸。像船夫一样的发心在佛法上讲就是：自己和一切众生同时成佛，同时达到解脱的彼岸。从发心人心力的角度来讲，这是中等根基的发心。

第三、像牧童一样的发心。牧童就是放牦牛的孩童。他们是怎样想的呢？他们的想法是：把牦牛赶在前面，自己在后面保护牦牛，让牦牛先到达目的地，然后自己再到。像牧童一样的发心用在佛法上就是：首先让一切众生安住于佛国，先让所有的众生成佛，然后自己再成佛。这种发心，从心的力量的角度来讲是最上等根基、最殊胜的，心力最大的发心，就如同地藏王菩萨的发心——“地狱不空，誓不成佛。”把所有的地狱的众生都度尽，然后自己再成佛。地藏王菩萨的发心就是像牧童一样的发心。从心的力量的角度来讲，是最上等的发心。这个发心是不顾自己，只顾众生，这个发心非常了不起。

依照地道的界限来分，菩提心可以分为四种：第一是胜解行之发心；第二是清净意乐之发心；第三是异熟之发心；第四是断证圆满之发心。

资粮道、加行道称为胜解行之发心。

一地菩萨（登地菩萨）到七地菩萨的发心，属于清净意乐之发心。

八地、九地、十地菩萨，三种清净地菩萨的发心，

属于异熟之发心。

佛最后断证圆满了，佛的发心属于断证圆满之发心。

从发心的本体角度来讲，菩提心有两种：胜义菩提心和世俗菩提心。胜义菩提心是证悟空性的智慧。一地以上的菩萨从入定中得到的一些无漏的功德，都属于胜义菩提心。世俗菩提心就是愿、行菩提心，一地以上的菩萨也可以有，一般的凡夫也可以发。胜义菩提心是一地以上菩萨才有的发心，一地以下的菩萨都没有胜义菩提心。胜义菩提心是通过修行得来的。世俗菩提心通过修持发心仪轨，不断地发誓、发愿修出来的，即使一般的凡夫也能发出来。

发愿、行菩提心的时候，尽量通过仪轨，这是最正确的方法，最终能够达到最究竟、最圆满。没有通过仪轨，自己随便编、随便发，很难达到最标准、最究竟、最圆满。通过仪轨发菩提心的同时，也可以受菩萨戒。只要通过仪轨，随时随地都可以发心、发誓、发愿。

仪轨，按照藏传佛教来讲有两大传承：一个是龙树菩萨的传承，一个是无著菩萨的传承。龙树菩萨的传承也是文殊菩萨的传承，无著菩萨的传承也是弥勒菩萨的传承。文殊菩萨传给龙树菩萨，弥勒菩萨传给无著菩萨。我们现在天天念诵的这个仪轨，是从寂天菩萨的《入行论》里摘下来的，这是文殊菩萨的传承，也是龙树菩萨的传承，寂天菩萨的传承也是龙树菩萨的传承。通过这个仪轨，我们可以发菩提心，同时也可以受菩萨戒。

我们通过仪轨发菩提心、受菩萨戒的时候，首先自己平庸而坐，全身放松，然后观想皈依境或者是诸佛菩

萨、上师三宝。我们可以先念诵“祈请十方一切出有坏正等觉及十地菩萨摩诃萨众及诸位大金刚持上师垂念我！”边念边观想。其中的“十方一切出有坏正等觉”是祈请一切诸佛。“十地菩萨摩诃萨众”是祈请一切菩萨摩诃萨。“诸位大金刚持上师垂念我”是祈请所有的金刚上师和善知识。心里默念：一切诸佛、一切菩萨摩诃萨、一切金刚上师善知识们，你们看着我的所作所为，听着我的一言一语，垂念着我的每个起心动念。这就是我心里所发的誓和愿。我要向你们顶礼，我要向你们祈祷。

诸佛菩萨摩诃萨，所有的金刚上师善知识们，是我们发菩提心、受菩萨戒的见证人。他们是最好的见证者。大家要时刻忆念，因为他们无处不在，无所不知，想背着他们做坏事是不可能的。我们之所以要他们做见证者，是因为如果用其他人来做见证，就不是究竟的见证，我们在背后如果做了坏事，他们也不一定能看得见。大家得记住，诸佛菩萨无处不在，无所不知。这就是我们首先祈请，让他们垂念我们，请他们来做我们的见证者的理由，这样我们才能时时刻刻保持最初的发心。

然后再接着念诵皈依偈。“乃至菩提果，皈依诸如来。正法菩萨众，如是亦皈依。”皈依三宝是一切修法的前提。不管是受别解脱戒、菩萨戒，还是密乘戒，首先都要皈依。没有皈依的基础不能受戒，即使受戒也得不到戒体。所以首先念三遍皈依，从内心里皈依上师三宝。

然后接着念三遍发心仪轨：“如昔诸善逝，先发菩提心。复次循序住，菩萨诸学处。如是为利生，我发菩提心。复于诸学处，次第勤修学。”这就是发菩提心。

大家要这样观想：往昔诸佛菩萨怎样发心，我也怎样发心；往昔诸佛菩萨怎样修习菩萨的学处，怎样救度众生，我也怎样去学修菩萨的学处，去利益有情众生。诸佛菩萨往昔发的心就是："为救度一切众生发誓修持成佛。"往昔诸佛菩萨修习菩萨的学处就是："为了早日圆成佛道要精进认真闻思修行。"概括地说就是闻、思、修。我们也要这样做。

念完第一遍的时候，我们相续中已经有了愿菩提心的戒体了。念完第二遍的时候，我们相续中已经有了行菩提心的戒体了。念完第三遍的时候，我们可以在心里想，愿、行菩提心的两个戒体都稳住在自己的相续中了。发菩提心的同时也受了菩萨戒，这样我们的相续中也有菩萨戒了。

现在很多人都不敢受戒。因为怕犯戒。一点点决心都没有，还想成佛？你怕犯戒，说明心里根本没有定力。怕犯戒而不敢受戒，对一个修行人来说，对一个真想解脱的人来说，这是一个特别大的错误！为什么这样讲呢？因为如果你不受戒，怎么去修法呢？戒、定、慧，首先是戒，从戒中生定，从定中生慧。都是有程序的，互相都有因果关系，如是因，如是果。如果你没有受戒，怎么能修禅定呢？如果没有禅定，怎么能开智慧呢？如果你不受戒，想解脱成佛，只是妄想，不可能的事。不受戒无法能够学修佛法。

做人都有做人的规则，如果你想做一个修行人，怎么能没有修行人的规则呢？如果你想当菩萨，怎么能没有当菩萨的制度呢？否则不是乱套了吗？根本分不清

是菩萨还是凡夫，是佛还是俗人。所以受戒是应该的。

当然，你怕犯戒也没有什么不对，但是你因为怕犯戒而不受戒则是错误的。犯戒了你可以重新受，可以忏悔。佛已经告诉我们了，两种人一样可以解脱、成就：一种是不犯戒的人，另一种是犯戒会忏悔的人，这是佛说的。你受戒以后一定会注意的，但是肯定也有把握不住的时候。

犯戒犯错有四种原因：有时候不明白，然后犯戒了；有时候不太相信佛、上师说的话，然后犯戒了；有时候也知道、相信，但是烦恼一起来，控制不了，然后犯戒了；有时候习气难改，不知不觉地，也会犯戒犯错。四种原因，有的人至少有其中之一。因为我们很多人现在还是凡夫，不可能不犯戒，不可能不犯错。但是你能够承认错误，然后去改正错误，这是我们应尽的责任，也是我们所修的法。

受戒以后，尽量别犯戒。实在把握不住的情况下，可以反省、忏悔。如果不忏悔，那就错上加错，罪过会更严重。你能够忏悔就行，改毛病、改习气有过程，不是一下就能改的。认识自己的毛病和错误也有过程。凡夫很多时候都认识不到自己的缺点和错误。即使认识到了想改也有一个过程，不是一下就能改的。但是戒必须得受。

戒分为根本戒和支分戒，如果犯了支分戒，忏悔就行，不用重新受戒。如果犯了根本戒，不仅要忏悔，还要重新受戒。佛对你们够宽容的了，犯了根本戒还可以重新受。比如居士五戒，是属于别解脱戒。犯了根本戒以后，也可以重新受。菩萨戒也一样，犯了根本戒，也

可以重新受，犯支分戒忏悔就可以了。我们出家人，很多戒律都是，尤其是一些根本戒，犯了以后不能再重新受，佛对我们的要求比较严。

犯戒了有忏悔的方法，佛已经给我们讲得很清楚了，不用怕。因为怕犯戒而不受戒，这是一个特大的错误。想解脱、成佛，一定要受戒。受完戒以后，不能随便犯，要尽心尽力地护持。实在没有把握住的情况下，你可以发露忏悔，通过忏悔可以清净，然后重新受戒。

我们通过仪轨可以随时随地发愿、行菩提心，尤其是这些初学者。通过仪轨，多次地、反复地发誓、发愿。这样，总有一天，在我们的相续中也能产生愿、行菩提心。虽然我们还是凡夫，但是也能修成愿、行菩提心。

发愿、行菩提心的功德非常大。一旦我们的相续中有了菩提心以后，我们可以轻松地学，但轻松不是懈怠；我们可以自在地修，但自在不是放逸。这些都一定要分清楚。在相续中真正有了愿、行菩提心了，不会懈怠，也不会放逸，我们可以在日常生活中学佛修行。我们的智慧、福报也会随时增长。那个时候，行住坐卧都是修行的过程，吃喝玩乐都是修持的方法。任何时候都在消业积福，很快就会达到圆满。

愿、行菩提心，不是一次两次、一天两天或一个月两个月就能发出来的，必须要坚持不懈地发，最后才能发出来。真正发出菩提心了，解脱成佛都不难了，离解脱、离成佛也很近了。

菩萨的学处，分愿菩提心的学处和行菩提心的学处。愿菩提心的学处，分自他平等、自他交换、自轻他

重三个学处。行菩提心的学处就是六度：布施、持戒、忍辱、精进、禅定（也叫静虑）、智慧。

今天我们讲愿菩提心的学处：

第一、自他平等。发愿菩提心以后，我们要学习自他平等，要把自己和他人平等地看待。如果对自己有这样的希望，也将这样的希望推及别人。如果自己不愿意感受痛苦，同样每一个众生也不愿意感受痛苦。如果希望自己能够幸福快乐，同样每一个众生也希望能够幸福快乐。所以，无论什么时候都一定要考虑对方，考虑众生，不能自私自利。我们不能为了自己的利益而伤害对方，让众生痛苦。

我们自己愿意快乐幸福，每一个众生都一样，连苍蝇、蚂蚁、蚊子都一样。你的生命对你来说特别珍贵，它们的生命对它们来说也是同样珍贵。你那么怕死，它们也一样怕死。我们不愿意感受生老病死之苦，他人也是一样，不愿意感受生老病死之苦。我们不愿意听到的语言，他人也不愿意听到。所以我们任何时候都不能说让人不悦耳的话，不能把不愿意做的事情推给别人。

现在很多人都是，家庭不合，天天吵闹，今天结婚，明天离婚。为什么呢？因为自私，只知道自己的感受，不考虑对方的感受。每一个众生都一样，不愿意吵，不愿意闹，不愿意起烦恼，也不愿意痛苦。我们知道自己受到伤害、委屈了，根本不知道对方的感受。其实对方也是这么想的。如果对方不这么想，对方没有受委屈，受伤害，知道你确实是对他好，他也不可能跟你吵。将心比心，谁都能被感化。如果你没有感化他，这就说明

了你的所作所为都是自私自利的。

现在有的夫妻也是，互相之间并没有真正的情感，而是为了利益互相利用。没有好处的时候，都不理对方，天天吵闹不得安宁，经常闹离婚。原因在哪里？原因都在自己的身上！是自己没有做到，自己没有修好，自私自利。

我说这些大家不一定都愿意听，甚至有些人还辩解："才不是呢，是他伤害我，欺骗我的。我没有欺骗他，也没有伤害他。"这些说法完全是错误的！因为你自私，不了解对方，只爱惜自己。觉得自己都是对的，自己是好人，错误都在他人身上，所以一旦发生矛盾，然后就怨对方。其实你是从根儿上错的，你没有看清自己的真面目！应该好好地思维、观察一下自己，你为他做过什么？你为他做的这些事情是为了什么？这样一观察，发现错误还是在自己的身上，是自己自私自利。没有人让你烦恼、痛苦，烦恼是自寻的，痛苦是自找的。如果你是真心地为对方好，他不可能不感动。总之，就是自己发心不正确，做的不到位，所以才发生了这样的事情。要怨就怨自己，要恨就恨自己，不能怨别人，不能恨别人。

如果真想好好地过日子，就要把自己的知见放下。把自己放在最低处，没有要求、不求回报地去付出，看看这样对方能不能感动？不可能不感动！在我们周围也有这样的同修：以前家里不和，经常吵架、闹离婚，后来学佛修行了，尽量用佛法改自己的毛病和缺点，然后对方也变了。现在孩子也听话了，家里也好了，什么事

也没有了，也不吵不闹了。自己一转变，一切都会转变。

想转变的话，应该把功夫下在自己身上，用佛法来改正自己错误的思想和行为，然后周围的一切才会变。我跟大家讲过：我不看你念了多少遍经，也不看你一天打坐几个小时，你修行是否有进步，就看你周围人的变化。如果你周围人有变化了，就说明你修行有进步了；如果你周围人没有变化，一切照旧，甚至更不好了，即使你念的经咒再多，做的功德再多，也是没有修行，没有进步。

自他平等，这是第一个修法，把自己和他人平等地看待。这是愿菩提心的第一个学处。

第二、自他相换。自他相换就是自己和他人互换角度，互换位置。众生感受痛苦，遇到困难的时候，我愿把众生所有的不幸都拿到自己的身上。比如说对方有病了，这个时候我们要发心，把对方的病苦拿到自己的身上，由自己代替他受苦。如果自己有病了，应该高兴、勇敢地去面对，不希望自己早日康复。因为在这个世界上，肯定有很多众生正在感受病苦。现在机会来了，替众生受苦受累的机会来了！我们要把这些众生的病苦都拿到自己的身上，由自己来承担代替。

其他众生得到幸福、快乐，心情愉快的时候，我们不能嫉妒，而应该衷心地祝福他们，从内心里希望他们永远幸福快乐。我们自己得到好处，感到幸福快乐的时候，不能骄傲，而应把所有的这些，都回向给众生，愿所有的众生都能得到我们所得到的这些幸福与快乐，这都是自他相换。然后我们时时刻刻发誓发愿，把自己的

顺利、幸福和快乐等等所有的好处、福报和善根都施给众生，愿众生也能得到这些。我们看见众生受苦的时候，把众生所有的这些艰难困苦，所有的这些不顺都拿到自己的身上，这叫自他交换。

然后有时间还可以打坐、观想、呼气、吸气。呼出白色的气，白色的气代表自己的健康、长寿、福报、幸福、快乐，把这些都施给众生。然后吸气，吸入黑色的气，黑色的气代表他人的病苦、魔障、业障、痛苦、烦恼，把这些都吸到自己的身上。这叫自他交换。但是很多人都不敢："我本来身体就不好，然后还把他人的病障、魔障、业障都拿到自己身上，这我可不干，这我不就完蛋了吗？"不是你完蛋了，这是一种修持方法。你这么修，病很快就会好；你这么修，业障很快就会消净；你这么修，才能得到真正的解脱，这是方法。心量越大，功德越大；功德越大，业障越小；业障越小，福报越大；福报越大，智慧越大。这不是解脱了吗？

以前在藏地，很多人得了麻风病，在医院里无法治疗。比较有修行的人，就把所有的财物都上供下施，都处理掉不要了，然后专门上山修自他交换，结果没有事了，病好了，最后下山了。这是一种方法！生病了不能心慌意乱，手忙脚乱的，一定要稳住，要勇敢地面对。我昨天讲了，消业的机会，还债的机会，修自他交换的机会来了！首先忏悔，这是往昔做的恶业，今天才有这样的果报。这不是消业的机会来了么？无始劫来肯定有很多冤亲债主，肯定曾经伤害过很多众生的生命。我们给这些众生发慈悲心，发菩提心，这不是还债的机会来

了么？然后去修自他交换，代替众生受苦受累，把众生的病苦拿到自己的身上，把自己的健康送给众生。这不是自他交换么？修菩提心，业障立即会消失。业障消了，自然而然就会恢复健康，这是从根里治愈疾病。往昔所造的恶业是因，现在有病是果。业消了，因没有了，果自然就退了，这是最好的方法。

我们遇到违缘障碍的时候也是，不能害怕，不能怨恨他人或者鬼神，应该善待他们。要这样想：好的机会来了，这些能让你提高、成长、开智慧。智慧是在人和事之间磨炼出来的，有事是好事，遇不到事，怎么能增长智慧呢？遇到事，都不要害怕，勇敢地面对。菩萨摩诃萨，就是非常勇敢，对万事万物、对一切法无所畏惧的人。你有了这样的精神，这样的心量，还怕什么呀？

心量越小，福报越小；心量越大，福报越大。心量越小，功德越小；心量越大，功德越大。心量小，本身就是毛病；心量大，本身就是功德。我们为什么这么痛苦烦恼？没有别的，就是自己的心胸狭隘，什么也容纳不了，圆融不了。我们要发慈悲心、菩提心，发自轻他重、自他平等、自他交换这些心，通过这些方法，把我们的心胸打开。心胸打开了，什么都能容纳、圆融了，这个时候不会有烦恼，不会有痛苦。

有的人什么都容纳不了，圆融不了，总是爱计较，这是一切痛苦的根源。我们为什么要发大心、发大愿呢？就是为了把心胸打开。让我们的心胸像大海、大山一样，如如不动，敢面对，敢承担。

我们很多时候都是不敢面对，不敢承担。真正的勇

士、勇母，菩萨、菩萨母是什么？就是拿得起放得下，一点点也没有畏惧，没有恐怖，没有想不开，想不通。我们现在就是不敢面对，不敢承担，总是想逃避。所以一定要把心胸打开，一切都能圆融、容纳。佛法是能容纳、圆融的。你能容纳一切，圆融一切，这个时候才有佛法，才有修行。

第三、自轻他重。自轻他重是什么？即把他人看得重如泰山，把自己看得轻如鸿毛。任何时候都不考虑自己，一点点也不在乎自己，全力以赴，一心一意，完全为众生。为了众生的快乐和幸福，哪怕自己堕落地狱，感受地狱的痛苦也心甘情愿，这样的心量就是自轻他重。

现在很多人都是为了自己的快乐而伤害众生。现在我们要反过来，即为了众生的快乐和幸福自己愿意受到伤害，这个心叫自轻他重菩提心。我经常跟大家讲，把自己放在最低处，把众生放在最高处，这是一种修持方法。你想得到对方的尊重，想得到他人的赞叹、帮助和支持，自轻他重就是方法。任何时候都是，把自己看得轻，把对方看得重，把自己放到最低处，把别人放在最高处。如果把自己放在最低处，实际上你在最高处；如果把自己放在最高处，实际上你就在最低处。佛不会欺骗、伤害你，这样做都是为你好。

有些人真是愚痴颠倒，为了自己能够得到赞叹，得到别人的支持、帮助，到处宣扬自己的优点，坐着说、站着讲，自己如何做得好。然后到处评价他人的做法、想法如何不对，有问题、有毛病。有什么好事都拿到自己的身上，甚至说：“我也是这么想的，是我做的。”有

什么坏事，有什么不好的，都推到他人的身上。甚至表白："我就不是这么想的，但是……"推卸责任，把所有的不利都推到他人的身上。在有的人眼里，这个世界上没有好人，唯一的好人就是自己，所有的好事都是自己做的。

你在别人面前讲的时候，说话比较直的人，会直接进行反驳。但是很多人都有礼貌，一定会很客气，当面不会说什么，但在他们的心里，你又落了一个层次，根本不可能把你当好人。

要看就看自己的毛病、不足和缺点，要看就看对方的好处、功德和优点；要说就说自己的毛病、不足和缺点，要说就说对方的好处、功德和优点。你这样赞美对方，在他人的心里，你又升高一个层次。但我们现在都颠倒了，到处说自己的好处、优点，到处说别人的缺点、毛病，这就是凡夫的特点。

除了佛，谁都有毛病，谁都有缺点，谁都有不足。你看别人的优点和功德，才能学到对方的优点和功德；你看自己的毛病和缺点，才能改正自己的毛病和缺点。你能看，能发现，就一定会改。你不断地改，有一天一定能改掉，这就是修正自己。你经常看对方的优点和功德，才能认识到什么是优点和功德，这样你才能学到对方的优点和功德。这本身就是提高自己的一种方法。

我以前讲过，发现自己的错误就是一种开悟，改正自己的错误就是一种成就。发现了自己所有的毛病和缺点，就是彻悟；改正了自己所有的毛病和缺点，就是圆满。学佛就要这么学，修行就要这么修，别的没有什么。

学佛修行不是整天在佛堂里念一部经，不是整天念“阿弥陀佛”或者把“嗡嘛呢叭咪吽”挂在嘴上。学佛修行应该落实在行动上，时刻观察心，调整心，改变自己的观念，修正自己的缺点。

自他平等、自他交换、自轻他重，这三个心都是愿菩提心的学处。你发了愿菩提心，就要学修这三个要义。

今天就讲到这里。祝愿大家吉祥圆满，扎西德勒！

发菩提心（四）

为修持成佛要发殊胜菩提心！

为度化一切父母众生要发誓修持成佛！

为早日圆成佛道要精进认真闻思修行！

今天我们要学习的内容也是发菩提心。前几天我们学习了菩提心的基础。菩提心的基础是慈悲心。有了无伪的慈悲心才能发出真正的菩提心。菩提心从本体来分有两种：一种是胜义菩提心，一种是世俗菩提心。世俗菩提心又分为两种：一种是愿菩提心，一种是行菩提心。愿菩提心是“为了救度一切有情众生要发誓修持成佛”。行菩提心是“为了早日成佛发誓精进闻思修行”。

愿、行菩提心都有各自的学处。昨天我们讲了愿菩提心的三种学处，今天讲行菩提心的学处。

我们发了行菩提心后，就要学修行菩提心的学处。行菩提心的学处一共有六种，即：布施、持戒、安忍、精进、静虑（禅定）、智慧。也叫六度。

第一个学处是布施。布施有财布施、法布施和无畏布施。

1．财布施。财布施分为普通布施、大布施、极大布施。

普通布施：是指用一般的财物：吃的、穿的、用的来做的布施。

大布施：是指用自己最喜爱的，最珍贵的东西来做的布施。比如众生需要你的儿女的时候，你能把儿女施给众生；众生需要你的爱人的时候，你能把爱人施给众生；众生需要你最喜爱的东西的时候，你能把最喜爱的东西拿出来满众生的愿，这都是大布施。很多传记记载过，以前的许多大德高僧都曾做过这样的布施，比如布施自己的儿女、爱人，乃至其他珍宝、如意宝等。这个功德非常大，但一般人做不到。

极大布施：是拿自己的身体和生命来做布施。比如众生需要你的血肉的时候，你能把自己的血肉布施给众生；众生需要你的头的时候，你能把自己的头布施给众生。以前很多大德高僧的传记里也有这样的公案。为了众生的安乐，为了能让众生满意，舍得拿出自己的生命来满足他人的需求，这都是极大布施。一般人做不到这些，但是我们要通过学修，一步步地要做到。我们可以先做普通布施，慢慢地再学修广大布施、极大布施。一步步地来，不是一下子就要做到。

能做布施，尤其是能做财布施，才能得到财富，才能财源滚滚。如果你前世没有做布施，今生今世就转生为穷人。如果你今生今世不爱做布施，也是一种习气。不做布施，你永远也得不到财富。现在很多人为了发财拼命地去赚钱。为了赚钱，不惜一切代价，冒很多的风

险，甚至连自己的性命都不顾，但是到最后还是赚不了钱，发不了财。有的人即使发财了，最终也留不住，要么一下子被偷走了，或者都赔进去了，到头来所赚的钱财还是离开了自己。我曾经跟大家讲过，福报是修来的，包括财富也是修来的。修来的财富是自然而然来的，而且来了以后非常稳固。

现在很多人为了赚钱、发财，特别艰辛劳苦地付出，但是始终发不了财。很多农民，特别辛苦，从冬到夏，从早到晚在地里干活，却始终赚不了钱。年复一年、月复一月、日复一日地劳作，但是生活水平没有太大的提高，还是和以前一样，依然困难。什么原因呢？就是没有做过布施，或者是不爱做布施。

还有另外一种情况：有的人并不需要付出太多的辛苦，但他们不缺钱，钱财自然而然就来。这是什么原因呢？是前世修来的福报。为了实现自己的目标与愿望，我们应该努力奋斗，但是发心要正确。比如：你想得到财富，想发财的话，就要多做布施。可有些人总找借口，说什么我不能做布施，我没有这个条件。其实你不是没有条件，而是不会做布施。

做布施不是一定要拿很多很多的东西，拿很多很多钱。一滴水、一粒米也可以做布施；一块钱、一角钱都可以拿来做布施。难道这个条件都没有吗？不可能吧！你再困难也不可能没有一滴水吧？不可能没有一粒米吧？不可能没有一毛钱吧？其实就是愚痴颠倒，不会做布施。拿一粒米、一滴水、一毛钱来做布施，也能得到不可思议的回报。以前有很多这样的公案。

比如从前有个贫女，见到佛，却羞于自己没有什么可以拿来做供养的，唯有七粒米。然而她特别用心地把七粒米洒到佛陀的身上，结果她得到了七次转轮王的果位。转轮王是统治三千大千世界的，有些转轮王是统治整个南瞻部州的。七粒米得到的是多大的福报，多么不可思议啊！很多人以前可能听说过这些公案，但是不相信。如果大家真想发财，并且也相信的话，怎么不做布施呢？

你可以拿一把米去布施那些鸟、鱼。我们天天洗、嗽、涮所扔掉的很多水，都可以用做布施，尤其是饿鬼道的众生都需要这些。我们可以发一个清净心，念六字真言，或者佛号，回向给他们，他们也能得到。我们天天有那么多剩饭剩菜，就连排出去的东西，包括唾液都可以做布施。你想发财想得不得了，你为什么不做布施呢？这都是财布施。

2．法布施。你有转法轮、讲经说法的能力，并把这个能力布施给众生，用佛法照亮整个世界，用佛法祛除众生心灵的黑暗，这就是法布施。如果你现在还没有这个能力，不能转法轮、讲经说法，那你可以替佛、替上师善知识弘扬佛法，比如印经书、佛书，刻录光盘，以此结缘众生。如果你连这个能力或者条件都没有，那你就好好学佛修行，把所做的功德、所积的福德回向给所有的众生，也是法布施。

随时跟众生结善缘，给他们种下善根，也是法布施。比如苍蝇、蚊子、蟑螂进来了，你不要有伤害、嗔恨它们的想法，也不要打它们，它们不会伤害你的。正确的

做法是给它们念咒、念佛，发慈悲心，回向给它们，它们自然就会离开你。这样，你能给它们种下善根，将来能救度它们，这也是法布施。你也可以到河边，或者山上，出声念或者默念咒语、佛号、经文、仪轨。在你的周围随时随地都有很多有形无形的众生，他们都能受益。大家要学会发心，不发心众生不一定能受益。如果大家能发心，跟这些众生结善缘，给他们种下善根，并发誓发愿将来要救度他们，将来等你成佛的时候他们都是你的眷属，你能救度他们。这都属于是法布施。

我们时时刻刻都可以做财布施，也可以做法布施。有什么做不到的？谁都有这个条件，也有这个能力，但是都不做，就是不相信。都说相信上师，相信三宝，相信佛，相信佛法。说的好听，做起来难。丢脸、愚痴，连起码的这些都做不到！比如你天天上厕所，你想过众生吗？做过布施吗？没有吧？对你来说是脏东西，觉得不好，但是很多众生都需要啊！都等待着啊！你为什么不做布施呢？为什么不发心呢？如果你发心了，这不就是布施吗！连这个都做不到？连这个条件都没有吗？我们天天刷牙、洗脸、洗澡，水都浪费了，这些水都可以拿来做布施。我们做饭吃饭的时候有那么多剩饭剩菜，也可以做布施。主要是发心。如果你能发心，众生就能受益，一定能。

以前嘎达亚那尊者在印度的时候，有一次看见很多饿鬼聚在一起抢东西。他通过神通一看，也没有什么，就是一口痰。他又通过神通观察，这口痰是从哪儿来的？原来是一位比较有修行的比丘，吐痰的时候发心

了，饿鬼众生得到了。这个公案是佛在经中讲的，确实是这样的。

不要总以为自己没有条件做财布施，或者没有能力做法布施。你怎么没有能力呢？我刚才讲的，随时随地都可以做法布施。我们时时刻刻与众生结善缘，给他们种下善根，并发誓发愿将来救度他们，多好啊！想学佛就这么学，想修行就这么修。一点一滴，一步一个脚印地修。

别总是想一步登天，一说空性、大手印、大圆满，都来精神了："太殊胜了，我也想学，也想修。"一讲在生活中怎么修，在工作中怎么学，怎么去利益众生，怎么去改正自己的错误，怎么去忏悔，都不爱听，都没有兴趣。就是颠倒！

做法布施，就能得到聪明智慧。你现在那么愚笨，自己也知道，也经常说："上师，我太愚昧了，记不住，学不会。"如果你能做法布施，跟周围这些众生广结善缘，给他们种下善根，然后把功德回向给他们，就能得到聪明智慧，生生世世都会聪明，有智慧，你为什么不做，光说有什么用呢？

3．无畏布施。无畏布施就是在众生身心不安，恐惧、害怕的时候，帮助他们消除恐惧，消除危害，并竭尽全力，全力以赴地保护众生的生命，这就是无畏布施。众生遇到恐惧的时候，身心遇到危害的时候，你应该不顾一切代价地保护他们，而不是要随喜。

现在我们皈依佛门，学佛了，有的人能做到不打蚊子，不打苍蝇，但很多人连这个都没有做到，别人准备

打蚊子、打苍蝇的时候，要么是心里高兴，要么是不吱声。这个时候你就没有做到无畏布施。你看见了，应该阻止，应该去保护它们的生命。现在我们吃素、戒杀、放生、护生等，这些都是无畏布施。

布施和布施波罗蜜不一样，布施波罗蜜要有证悟三轮体空的智慧的摄持，否则也是布施，但不是布施波罗蜜。波罗蜜是一定要站在三轮体空的角度来做的。什么叫三轮体空呢？就是做布施的时候，做布施的人，所布施的东西，布施的对境，这叫三轮，这三轮本体都是空的，都是没有实相、实体的，都是空性的。明白诸法空性的道理，站在这样的见解中、角度来做布施，这才是布施波罗蜜。

无论是财布施、法布施，还是无畏布施，我们随时随地可以做，在日常的生活、工作中都可以做。我们真正做到了，才能得到财富，才能聪明，有智慧，才能得到健康长寿。你看多好啊！谁不希望得到这些呢？如果你希望，那你就要相信，而且要做好。

第二个是持戒。持戒分三种：断恶行戒、行善法戒、饶益有情戒。

1．断恶行戒。就是断除所有的恶业。所有的恶业，总结起来有十种，也叫十种不善业（恶业）。

要断除的十种恶业是：不杀生，断除杀生；不偷盗，断除偷盗；不邪淫，断除邪淫；不妄语，断除妄语；不绮语，断除绮语；不恶语，断除恶语；不离间语，断除离间语；不贪心，断除贪心；不害心，断除害心；不邪见，断除邪见。

什么叫断呢？断是指不仅仅不做上述恶业，而是从内心里发誓发愿，从今以后纵遇命难也不杀生，不偷盗，不邪淫，不妄语，不绮语，不恶语，不说离间语，不贪心，不害心，不邪见。这就是断恶。不造恶业和断除恶业不一样。断除恶业从内心里下决心做决定，不仅仅是不造做恶业。

2．行善法戒。这也是指行十种善法戒，或叫行十种善业。包括：不杀生，爱护自他的生命；不偷盗，修持布施；不邪淫，护持戒律；不妄语，说谛实话；不两舌，化解别人的怨恨；不恶语，说悦耳语；不绮语，精进念诵；当持舍心，修饶益心，当立正见。

3．饶益有情戒。这是指全力以赴地饶益众生，不自私自利，完全为他人着想，竭尽全力地帮助别人，尊重别人，关心别人。

持戒主要包括上述三种戒律，总结起来就是断恶行善，断一切恶，行一切善，然后尽心尽力地去饶益众生，具体讲从自己身边的众生做起，从家人做起。什么叫饶益呢？就是不求回报，只去付出，全身心地关心、照顾、帮助有缘众生。

站在三轮体空的角度来护持这些戒律，才是持戒波罗蜜。如果没有证悟三轮体空的智慧的摄持，只是持戒，不是持戒波罗蜜。

第三个是忍辱。忍辱也分三种，包括他人邪行之安忍，求法苦行之安忍，不畏甚深法义之安忍。

1．他人邪行之安忍。是指别人谩骂你、殴打你、诋毁你、欺骗你、伤害你的时候，你能够忍耐。能够心

平气和、心甘情愿地承受对方的伤害，这才是真正的忍辱。别人说你的缺点、过失的时候既不能反抗，也不能以眼还眼，以牙还牙，一定要耐心忍受。不起一丝一毫的嗔恨心，这才是真正的忍辱。如果只是在表面上没有反抗，在内心里很怨恨，很生气，那么还不算忍辱。

修忍辱非常殊胜。有人骂我们，打我们，欺骗我们，伤害我们的时候，我们不能嗔恨，要心平气和地接受。为什么要这样做呢？因为这些怨敌仇人才是我们的恩人。他们这样做是在帮我们消业，让我们修忍辱。他们说我们的缺点、毛病与不足，是让我们开悟、成就。这个道理大家应该能明白。

我们常常看不出来自己的缺点和毛病，认识不到自己的不足，我们的亲朋好友在我们的身边能看出来，但是他们舍不得说，怕我们生气、伤心，受到伤害。总是随顺、帮助、照顾我们，他们不仅让我们的福报消耗了，还让我们继续迷茫、愚痴，我们认为他们是我们的恩人，按道理来说他们才是我们的仇人、敌人。

所以说，我们自认为的敌人、仇人才是我们真正的恩人。因为我们的缺点、毛病他们能看出来，而且也能指出来。他们伤害、欺骗我们，是帮我们消业，让我们修忍辱。如果没有他们的伤害与欺骗，我们怎么修忍辱啊？不修忍辱怎么能成就啊？他们直接指出我们的毛病和缺点，是让我们开悟、证悟的好方法。比如，有的人，为了避免别人看不起自己，批评自己，然后就去努力、精进，结果成就了。

让我们进步、成长，让我们成就、成功是好事！他

们才是我们真正的恩人，是我们的善知识。什么叫善知识？能够指出你的缺点，让你改正毛病的人，就是你的善知识。所以我们怨恨他们是不对的。我们应该心平气和、心甘情愿地面对、接受、承担。

敌人、仇人欺骗、诋毁、伤害我们的时候，我们一定要把握住，不能有嗔恨心。我们是修行人，哪怕在相续中生起一刹那的嗔恨心，也会摧毁自己在一千个大劫中积累的福德资粮。你看，嗔恨心的过患多可怕啊！你还敢生气吗？有些人总是跟别人生气，这个习气很难改，所以我们要尽量地，从各方面思维修忍辱的功德和生起嗔恨心的过患，精进地修忍辱。

我们要将所作的功德时刻回向，立即回向。因为如果你能将所做的功德，所积的福德做回向了，才能在相续中保存住，即使生气了也不能摧毁。如果你没有来得及回向，突然生气了，这个功德会立即消失。在相续中生起一刹那的邪见，也会毁坏所做的功德。这个非常重要。

我经常跟大家讲，功德要回向，善根要回向，福德要回向，不能留着。回向给菩提，回向给众生，这就是存款。我们把这些都存上了，将来需要的时候可以拿出来。否则，嗔恨心和邪见就像个特别厉害的强盗，会偷走你的功德，抢走你的福德。

宽恕别人是升华自己。如果他骂你，你再骂他，越骂越厉害；如果他打你，你再打他，越打越狠。然后彼此再报仇，怨怨相报没完没了。越嗔恨、怨恨、报复，敌人、仇人就会越多。他骂你，你不还口，你的敌人立即没有了，以后就不用再骂了；他打你，你不还手，以

后他就不能再打你了。

互相打杀、欺骗、伤害，这都是与佛法对立的。如果你能够打不还手，骂不还口，不记恨、不报仇，对方就没有怨恨了，这叫了缘、了债。其实很多怨恨都不是无缘无故的，自己也有不对的地方。有的是你前世欠的，今生他来找麻烦，这就是还债，你应该还，过后就没有了。如果你还还口、还手，然后又去欺骗、伤害，这样又结上恶缘，种下恶因了，将来还要感受苦报，没完没了。学佛修行就是为了了缘了债。

2．求法苦行之安忍。为了希求正法，为了修持正法，我们要不顾一切艰难困苦，严寒酷暑。不能说今天天气凉，我不去了；现在困了，不念了；今天有事，不修了。不能这样。一定要抓紧时间，竭尽全力，不顾一切艰难困苦，坚持不懈地学法修行。很多大德高僧都是通过苦行，经历了很多艰辛磨难，最后才证得圆满，没有一个是舒舒服服、随随便便成就的。我们现在为了修行，付出过什么代价？什么也没有。所以一定要不惜一切代价去学佛修行。

3．不畏甚深法义之安忍。这是讲空性、大圆满、大手印、大光明，还有密宗一些特殊的修持方法。对这些不能生起怀疑、疑惑，不能诽谤。以前佛宣讲大乘空性的时候，很多阿罗汉都承受不了，吐血而亡，最后都堕落地狱。现在我们也是，这些甚深密法，有各种各样的修持方法，不理解的时候不能诽谤，不能怀疑，一定要相信。讲空性，讲大圆满、大手印，心里也没有恐惧，修破瓦法也不怕，这就是不畏甚深法义之安忍。一定要

站在三轮体空的角度，一定要有证悟三轮体空的智慧来摄持，这样才是安忍波罗蜜。如果没有证悟三轮体空的智慧的摄持，这只是安忍，而不是波罗蜜。

第四个是精进波罗蜜。精进波罗蜜分为擐甲精进、加行精进、不满精进。

1．擐甲精进。也叫发誓精进。从内心里发誓发愿，下决心做决定：从今以后，再也不能懈怠懒惰，要竭尽全力，一心一意地学佛修行，这个决心就是擐甲精进。曾经有很多大德高僧都是靠精进努力而圆满福慧资粮，证得菩提果的。都不是舒舒服服、随随便便成就的。所以我们也要向他们学习。那些诸佛菩萨、上师善知识们，那些大成就者们，他们求法、修法的过程中，都是经历过很多艰辛磨难。

一讲大德们的故事，很多人心里就想："他们是佛菩萨，大成就者，他们能做到，我是一个凡夫，做不到。"这样想是错误的。我们心里应该想："那些诸佛菩萨、大德高僧们尚且要如此的精进努力，我这样一个区区凡夫，一个初学者，更应该修苦行，更应该坚持不懈努力地去修学。"

一说要精进，一说要多做功德，多积福德，有些人就认为"我做不到。我是初学者，我是刚学的，还没有几个月呢！"一考试，又开始说，"我是刚学的，所以不懂。"你刚学的，就更要精进，更要考试才是。时刻思维：那些佛菩萨大德们，有修有证的人，那些老居士、老菩萨，那么有修行，他们仍然要这样精进努力，认真考试。我们作为一个初学者，更应该加倍努力。

学佛修行不能总找借口，为什么总把责任推到别人的身上呢？你是不想解脱吗？你学佛修行是为了什么？难道不是为自己吗？你这样推脱责任，是对自己不负责任！结果是伤害自己！但是人都愚痴，自己是初学者，学佛修行还没有几个月，自己不懂。这都不是理由，不应该这么想。那些佛菩萨为了希求正法，经历了那么多的艰辛磨难，你一个凡夫，一个初学者，更需要希求正法的心和行动。应该这样给自己施加压力，这样压力也会变成动力。有压力才有动力，有动力才能精进。不能总是推卸责任，找借口，自己原谅自己。学佛修行，尤其是刚开始的时候，更不能原谅自己，对自己下手要狠一点。

2．加行精进。也叫行为精进。刚才是发誓发愿，从心里下决心做决定。现在是落实在行动上实际去做。学佛修行不能一拖再拖。说什么：“我现在有事，等退休吧；儿子还没有成家呢，等儿子成家吧；孙子还没有上幼儿园，等孙子上幼儿园后，我就有时间了；今年我有事，明年吧；今天我有事，明天吧；现在我有事，一会吧……”

不能一拖再拖！修行不能等待，因为死亡不会等待，死期是不定的，什么时候死谁也说不准，谁也逃避不了，我们就是要赶在死亡来临之前，让自己解脱成佛。时刻做好准备，一刹那也不能放松警惕。就像胆小的农夫怀里钻进毒蛇一般。

特别害怕毒蛇的农夫，怀里突然钻进毒蛇，他不会等待，会立即想办法把蛇弄出去。美女特别在乎自己的容貌，当她头上起火的时候，她也一刻不能等待，会立即灭火。学佛修行就要这样，一刹那也不能等待，而是

认认真真、老老实实地，分秒必争、全力以赴地学修。这是加行精进，也是行为精进。

3．不满精进。学佛修行永远都不能满足。现在很多人通过修学，掌握了一点点佛法知识，有了一点点的变化与进步，得到了一点点的收获与成就，就心满意足了。这算不了什么，还要继续努力，继续学修，就像饥饿的牦牛吃草一样。饥饿的牦牛吃草的时候，前一口没有吃完，就看着下一口。我们学佛修行应该这样，前一个修法没有修完，心里就计划着学习下一个修法，在修行的道路上，不能有丝毫的满足与懈怠。佛法博大精深，我们任重道远，不能看了几本书，听了几张光盘，懂得了一点点佛法里讲的道理，就觉得自己很有知识、很有智慧、很有修行，然后就贡高傲慢，向他人吹嘘，鹦鹉学舌，不要这样。

学佛修行永远不能满足。真正达到佛果，证得无上大圆满境界的时候，才可以满足。你只是懂了一丁点的道理，做了一丁点的功德，这算不了什么。你好好想想，自己所做的功德，所修的法，跟无始劫以来所做的恶业相比，等于什么也没有做。我们为了生活、工作、为了世间暂时的一些利益，经历过多少坎坷，付出了多少心血啊？但我们为了修行，为了解脱，这样努力过，付出过吗？

你为了世间暂时的利益，付出了那么多，经历了那么多，而为了生生世世的利益，永恒的解脱，为什么不付出，不尽力呢？有一点点不顺，有一点点的坎坷与磨难，就不学不修了，找很多的借口与理由，原谅自己。很多人懈怠懒惰，精进不起来。你是不想解脱还是不相信有轮回呢？如果想解脱相信轮回的话，为什么不精

进，还这样懈怠懒惰、得过且过呢？一定要考虑清楚，这是关系到生生世世幸福安乐的大事，不是小事！

学佛修行是大事。如果你把大事放一边，却把一些琐事放在重要的位置上，就是颠倒。应该把修行放在最重要的位置，以修行为主，不应该为了世间这些琐事耽误学修。记住：没有什么事比修行更重要！因为只有通过修行才能得到永恒的解脱，只有通过修行才能使自己的福德、功德、智慧圆满。所以不要再颠倒，一定要清醒再清醒，不要再懈怠，一定要精进再精进。

学佛修行、解脱成佛是头等大事，不能得过且过，如果错失了良机，以后不可能再有解脱的缘分了。人身难得今已得，佛法难闻今已闻，上师难遇今已遇，这些非常非常难，不是一般的难，一定要珍惜！今生能不能解脱，完全靠你自己；能不能得到永恒的快乐，完全靠你这一生一世！如果你没有把握住，错过了，以后永远都不会有解脱的机会了，一定要精进！

精进不是勉强，是一种心甘情愿，喜欢迫切。否则就不是真正的精进。修精进的时候，也要有三轮体空智慧的摄持，否则只是精进，也不是精进波罗蜜。

今天就讲到这里。祝愿大家吉祥圆满，扎西德勒！

共同回向：

此福已得一切智，摧伏一切过患敌，
生老病死犹波涛，愿度苦海诸有情。
以佛所获三身之加持，法性不变真谛之加持，
僧众不退意乐之加持，如是回向发愿悉成就！
达雅塔，班赞哲雅阿瓦波达呢耶所哈！

开显解脱道之发菩提心

为修持成佛要发殊胜菩提心！

为度化一切父母众生要发誓修持成佛！

为早日圆成佛道要精进认真闻思修行！

今天要学习的内容是发菩提心。昨天给大家讲的是皈依。皈依是进入佛门的标志。我们真正进入佛门以后，要选择法门。法门有大乘和小乘，还有显宗和密宗之分，我们可以根据自己的根基、因缘来选择。如果我们选择了大乘佛法，就要发菩提心，因为菩提心是大乘一切修法的前提。若是没有发菩提心，就不能进入大乘法门。现在很多人也都在学修菩提心，也都在发菩提心，但是连发出这个世俗菩提心都非常难，更不用说胜义菩提心了。就像前几天我给大家讲的一样，若是没有基础，或是基础打得不牢的话，无法能够生起菩提心。

菩提心的基础是四无量心，首先要有四无量心，若是四无量心没有修好，没有修到位的话，菩提心无法能够生起。四无量心就是慈、悲、喜、舍这四种心。但我们修的时候，先要修舍心。因为若要在相续中真正生起慈心和悲心的话，必须要依靠舍无量心，否则这个慈悲心就无法能够生起。若是没有慈悲心，菩提心就无法能够生起。这都是有因果关系，都是有连贯性的。所以首先就要修舍无量心。真正要拥有舍无量心，就要靠加行，就是前几天我们学习的四外加行。四外加行是最最重要的基础修法。若是四外加行没有修好，对因果、轮回这些道理没有甚深的体会和感受，我们无法能够生起舍无

量心。这些最基本的道理真正明白了以后，我们生起舍无量心也不难。

舍无量心就是要舍掉两种心态：对亲朋好友的贪恋心和对怨敌仇人的嗔恨心。我们很多人都是凡夫，都有这种习气，在相续中自然而然就有这种观念。认为这是我的亲人，对我有恩，所以我就应该喜欢他，应该对他好。这种亲仇爱恨的心理我们都有，所以我们首先要去掉这些想法、这些念头。如果没有去掉，就无法能够平等地看待、对待众生。有亲朋好友、怨敌仇人的分别，这不是平等心。所以对每个众生都要平等地看待、对待。若是舍无量心没有修好，就无法能够做到这些。舍无量心首先就是要去掉这两种想法，去掉这两种概念。这完全要靠对因果轮回的学习、思维。

如果你懂得轮回，就会知道无始劫以来，我们在流转轮回的过程中有好多生生世世——无数次地生过，无数次地死过。每一个众生都做过我们的父母，而且是无数次地做过；每一个众生都做过我们的仇人、敌人，无数次地做过。如果你懂得了这个道理，深信了这个道理以后，才会生起这种平等之心。如果你认为这是我的亲人，你肯定会喜欢他，会爱他。问你原因，没有别的回答，你肯定会说："他对我好，对我有恩，对我的帮助大。"但是所有的众生都不止一次地当过你的亲人，都帮助过你，都对你有恩。如果你相信前世、相信因果的话，就不会有这种分别。你还是不相信前世，你认为自己有怨敌仇人，而且非常讨厌他、恨他，想伤害他，甚至想杀了他。那我问你为什么会这样？你没有别的回

答，肯定会说："他对我不好，欺骗我，伤害我。"那你现在最亲、最爱、最喜欢、最舍不得的这个人也是一样，也曾经做过你的仇人、敌人，那时，也不止一次，而是无数次地欺骗过你，伤害过你。这样，平等心就出来了。

现在，我们最放不下的就是家人、父母、儿女。但是所有的众生都做过我们的父母，好吃的都给我们吃，好穿的都给我们穿，慈爱地抚养我们长大。儿女也是，所有的众生都当过我们的儿女。不能说："这是我家的，是我亲生的，是我的孩子。"都是你亲生的。如果你是个讲道理的人，那你就没话说了。我说过，佛讲的每一句话都是真理，都是事实，包括这些都是。为什么所有的众生都要平等地看待，平等地对待？为什么要去帮助、利益他们呢？就是这个道理。如果我们要恨的话，应该对所有的众生都一样地恨；如果要爱，要喜欢的话，应该爱、喜欢每一个众生。首先要平等——亲、仇平等，爱、恨平等。这样心里的爱、恨才会消失。我跟大家讲过，表面上有爱、有恨，但实际上心里没有爱也没有恨，就是这个意思。

我们作为修行人，其实都是演员，我们在人生的这个舞台上，都在演戏。我们现在演人：演好人或者坏人，演亲人或者仇人，演女人或者男人，演出家人或者在家人。所以表面上、形式上、相上都有，实际上没有。亲、仇、爱、恨也没有，这是在表法。若是你明理以后就知道这是在表法，不明理的时候就是在那里沉迷、迷惑、执着。这是大成就者，那是凡夫；这是佛，那是凡夫；这是智者，那是愚者。除此之外没有什么区别。就是一

个是醒过来的，一个是还没有醒过来的。醒过来的明白了，知道自己在演戏，演戏的过程中什么都有，该演什么样的角色，就演什么样的角色。上午演佛，下午可能演魔，这是给你的任务，你必须得照着去做。但演戏的过程中，每个角色都不能当真。你是演员，不是真正的佛，也不是真正的魔。我们在演戏的时候也是这样的，有时候需要女人来演男人，有时候需要男人来演女人。你不是真正的男人，也不是真正的女人，你只是在演戏，就这么个过程。我不是跟大家讲过嘛，人的一生就是一场戏，你一定要认认真真地把这场戏演下去。但是你在演戏的时候，不能糊涂，也不能把每个角色当真，这样你的心里就不会有压力，不会有障碍。

现在的演员演戏的时候，什么样的角色都有，有时候演爱，有时候演恨。但无论演什么，他心里都没有真正的情感，他知道自己是个演员，是在演戏，所以对角色不会有太多的执着。所以说，人的一生就是一场戏，我们就是因因缘而来的。我说过，有什么样的缘，就结什么样的缘；结什么样的缘，就了什么样的缘。我们还应该知道，我们不是要逃避现实，但是要有所准备。若是心里有准备了，到时候就不会糊涂，不会烦恼，不会痛苦。你知道诸法的本性是无常的，在刹那刹那当中变，随时都有可能变化，那样你不管是在情感上还是其它的事情上，就不会陷入到里面，也不可能沉迷在里面。如果你自己心里明白、知道了这个道理，那么不管它怎么变，你的心也不会变，不会动。

所以说我们不是要逃避现实，而是在修行的过程

中，心里有所准备。我们逃避不了，因为总有一天都要面对死亡这个现实，但如果我们心里有所准备就没有事。我们真正了解了这些以后，就会知道死亡并不可怕，所有的法都是自自然然的，缘聚缘散。我和大家讲过，没有不应该的，没有不正常的。不管你要接受的是什么样的现实，不管你要承担的是什么样的责任，不管你要面对的是什么样的情况，都是很应该的，都是很正常的，都是一种表法。

因此我们首先要把这两个概念，这两种想法，这两种观念舍掉。如果你明白了道理，懂得了轮回，深信了轮回，懂得了因果，深信了因果以后，很容易就能做到。否则你非常不容易做到，不可能做到。真的，现在人人都把慈悲挂在嘴上，他慈悲，你慈悲，某人怎样怎样慈悲，但是我真的有点怀疑。慈悲不容易啊！我们现在所认为的这些慈悲，统统都不是慈悲，只是一种世间的同情，最好的也只能是同情心。因为慈悲应该是平等的，对每个众生都是平等的，在这样的基础上建立的慈悲心，才是真正的慈悲心。

我们现在所拥有的慈悲心，不是佛讲的慈悲心。佛讲的慈悲心是慈无量心和悲无量心，是一种无量、平等的心态。而我们现在所发的这个慈悲心是有限的，有分别的。比如对自己的父母慈悲，对别人的父母就没有慈悲；对自己的儿女慈悲，对别人的儿女就没有慈悲。我们作为修行人，要处处发慈悲心。我们对那些乞丐、那些残疾人偶尔也会生起一些慈悲心。然而，我们对那些好人，对那些有钱的人，对那些有名气、有权力的人，

对一些企业家、明星等人就生不起慈悲心，就不发慈悲心了，认为没有必要。

你怎么知道没有必要呢？他们多愚痴，多颠倒啊！他们难道不可怜吗？他们照样有身心上的痛苦，为什么不要对他们发慈悲心呢？难道他们不是我们宿世的父母，不是我们宿世的亲人吗？“我才不对他们发慈悲心呢，有钱人赚钱的手段那么恶劣，有权势的人那么贪污，明星那么虚假，我恨他们。”他们越是这样，你越应该慈悲他们。他们也是被无始劫以来的习气、业障牵引、控制而没有了自由。这些人正在消耗自己的福报，同时还造下了无量的罪业，将来他们要承受无穷无尽的痛苦，所以我觉得他们更可怜，更需要我们的慈悲、救度、摄受。那些乞丐、残疾人、穷人虽然在生活上有点困难，但是他们如果真正能够发心发愿将这些转为道用的话，也是消业的一种机会。他们这是业力现前，最起码也是在消自己的宿业、了自己的宿业。我们现在用智慧之眼来看，哪个更可怜，哪个更需要慈悲呢？你不明理，看不懂，还认为自己很有修行，慈悲心发得很不错，心里很骄傲似的。“我绝对没有发错，应该给这些人发，不应该给那些人发。”真的，统统都不是慈悲心。我们连哪些众生最可怜，连最需要发慈悲心的地方都没弄明白。

愚痴颠倒才是众生最可怜的地方，不是因为缺吃少穿、没地方住、没人照顾，我们才要发慈悲心。很多人对佛讲的这个道理一点都没有弄清楚。缺吃少穿不算什么。我说过，在流转轮回的过程中，我们富也不可能永远富，穷也不可能永远穷，我们是轮流做穷人、做富人

的。今生由他来做富人，你来做穷人；但前世可能是你来做富人，他来做穷人。讨债还债，报恩报怨，这是因果。今生你还他，他再欠你，然后来世他还你，你再欠他。互相欠互相还，这叫轮回。

四无量心是慈悲心的基础，在这方面你有一定的成就了，在这个基础上，再建立慈悲心，那才是真正的慈悲心。佛讲的慈悲心是平等的，四无量心是无量、无边、无际的，不是有分别的，不是有限的。真的都要深思熟虑啊！都说自己在发慈悲心："我又在发慈悲心了。""我现在正发菩提心呢！"发菩提心哪有那么容易啊？若是没有基础，非常难；若是有基础的话，一点点也不难。信与深信不一样。如果因果、轮回这些道理你都弄明白了，真深信了，有什么做不到的？都一样嘛，都是亲人，也都是仇人。你现在这样分别，都是错误的，有漏的。如果你明白了，能从心里做到了，在平等的前提下发慈悲心，这才是真正的慈悲。

所有的众生，不管是人类，还是其它众生；不管是我的亲人，还是我的仇人；不管是男是女，是老是少，都在烦恼，都在痛苦。轮回确实是火坑，确实是苦海。不仅仅是自己，所有的众生都应该能够解脱。我现在得到人身，遇到佛法，有这个修行的机缘，和其它的众生不一样了，我想给予一切众生安乐，这叫慈心；我想拔除一切众生的痛苦，这叫悲心。从心里有这样的愿望，有这样的渴望，有这样的祈求，这个时候才有慈悲心。然后你就会想：我怎么才能给予众生安乐，我怎么才能拔除众生痛苦呢？我自己现在还在轮回里，还在苦海中，无法能够救度他们，我要想办法先解脱、先成佛，

然后转法轮，用佛法救度这些众生。

怎样才是真正地帮助，真正地摄受，真正地救度众生呢？就是能够消除他们的业障，能够断除他们的烦恼。烦恼是所有痛苦的根，有烦恼就会造恶业，然后就会感受这些业果、痛苦，这一切的根源就是无明烦恼。我要让他们去掉这些，让他们开悟、证悟。这样，他们才能彻底解脱，才能彻底解决所有身心上的问题。

如果你不懂佛理，就不会这样想。如果我要救度这些人，具体怎么做呢？通过医疗、通过科学吗？如果是那样的话，你肯定会学这些，成就了以后再去救度众生。现在虽然科学发达了，但是通过医学、科学只能解决众生暂时的一些痛苦、一些问题，我们的身心还是没有解脱。如果给吃、给穿、给钱能解决问题的话，我就做一个大富翁，做一个大老板，像比尔盖茨那样，然后去布施。现在比尔盖茨已经把很多财产都捐出去了，但还是有太多的问题解决不了。所以说，这都是不究竟的。那什么是究竟的呢？就是佛法。转法轮、讲经说法，才能断除他们的无明愚痴、烦恼习气，这样才能从根本处解决所有的问题。

你懂得了这些，“为度化一切父母众生要发誓修持成佛！”这个念就生出来了。我成就佛果以后，才可以转法轮，转法轮以后，才能有我的教法，然后才能真正直接地去利益众生。这些非常科学，一点点也不迷信。佛法不是迷信，我这几天给大家讲的，都是非常科学的。如果你还不明白，那就没办法了。为众生修持成佛的这个决心叫愿菩提心。行菩提心是怎么来的呢？我要成就佛果，为了成佛，我得如理如法地学法修行，如理如法

地去修六度万行，这个决心就生起来了，这叫行菩提心。一个是为果而发的心，一个是为因而发的心，这是龙钦巴大士的观点。菩提心就是这样发出来的，不可能无缘无故就有菩提心，无缘无故地谁想发就能发出来菩提心，不可能，那样的话轮回早就空了。

所以，我处处都在强调加行，特别是强调四外加行。若是这些修得不扎实的话，你想修别的不会有太大的意义，可以说你的努力都是白费。我学佛修行了二十多年，将近三十年了，现在越来越发现四外加行的重要！若是缺少了这个，真的没法再迈步了，没法再往下修了。现在我给你们讲得很清楚，你们也应该听得很明白，若再不照着去做，不依教奉行，我是真的没办法。将来你们堕落了，轮回了，那我在旁边也只能是爱莫能助。饭给你们做好了，再不吃我也没办法；路给你们铺好了，再不走，那是真的没办法了。

还有愿菩提心和行菩提心的学处，因为时间原因，今天晚上不讲了。但以上这些是我体悟最深，感受最深，最重要的地方，希望大家永远记住！

今天就讲到这里，祝愿大家吉祥圆满，扎西德勒！

祝愿大家早日解脱，早日成就！

共同回向：

此福已得一切智，摧伏一切过患敌，

生老病死犹波涛，愿度苦海诸有情。

以佛所获三身之加持，法性不变真谛之加持，

僧众不退意乐之加持，如是回向发愿悉成就。

达雅塔，班赞哲雅阿瓦波达呢耶所哈！